

## EINLADUNG ZUM TRIDAY@TUM

Der Trisport Erding e.V. lädt am Sonntag, den **30. Juni 2024**  
ca. 30 Kinder und Jugendliche zu einem gemeinsamen Trainingstag ein.

Die Veranstaltung wird geleitet von den Vereinstrainern Valentin Nusser (Trainer B Leistungssport) und Dr. Martin Schönfelder (Trainer A Leistungssport). Beide sind beruflich an der TU München tätig und werden den Trainingstag zusammen mit einer Gruppe von Studierenden auf dem TUM Campus im Olympiapark anbieten. Es wird eine Kombination aus Training, Leistungsmessung, Cross-Duathlon und Spielen sein. An diesem Tag habt Ihr die einmalige Gelegenheit auf einer der größten universitären Sportanlagen in Deutschland zu trainieren.

- Wann?** 30.06.2024
- Ausrichter?** Trisport Erding e.V.
- Treffpunkt/ Beginn:** 8:30 Uhr; Ende gegen 16:30 Uhr
- Wo?** Zentrale Hochschulsportanlage der Technischen Universität München,  
Connollystraße 32, 80809 München
- Wer?** Max. 30 Kinder u. Jugendliche von Jahrgang 2009 bis 2014, Schüler B (2013/ 14), Schüler A (2011/12), oder Jugend B (2009/10)
- Mitzubringen:** Spaß an der Bewegung, Mountainbike (keine Klickpedale), Radhelm, Startnummernband, Rad-/Laufbekleidung (indoor/outdoor), ggf. wetterfeste Bekleidung
- Verpflegung:** bitte selbst mitbringen
- Kosten:** 10 EUR für Getränke, Obst und Müsli-Riegel

### Programm:

- 08:30 bis 08:45 Uhr: Begrüßung, Besprechung und Gruppeneinteilung
- 08:45 bis 12:30 Uhr: Gruppenweise Lauf- und Radtraining, Leistungsmessungen Rad/Lauf
- 12:30 bis 13:00 Uhr: betreute Mittagspause
- 13:00 bis 15:00 Uhr: Trainingswettkampf Cross-Duathlon (auch mit technischen Elementen), ggf. Bouldern oder andere Spiele
- 15:15 bis 16:00 Uhr: Abschlusspiel
- 16:00 bis 16:15 Uhr: Verabschiedung

**Anmeldung unter:** <https://trisport-erding.de/anmeldeformulare/anmeldung-tridaytum/>