



Einladung zum Triathlon-Lehrgang

DJK Münster

(für Anfänger und Fortgeschrittene)

Vortragsthemen:

Triathlon (besonders jetzt zur Coronazeit)

Schwimmen: „Neopren-Anzug,“

Radfahren: „Radeinstellungen, Pedalsysteme,...“

Tipps zum Wettkampf....

Veranstaltungsort:

DJK Münster
Grevener Str. 125, 48159 Münster

DJK-Sportanlagen und Tagungsraum,
der DJK Münster (Sa und So) und „Radwege im Münsterland“
Zeiten werden noch bekannt gegeben.

entsprechende Kleidung, Handtücher und Sportgetränke (kein Glas!) mitbringen

Lehrgangskosten:

Eigenanteil von 150 € für DGS-Mitglieder / 300 € für DGS-Nichtmitglieder

Bezahlung an GSNRW, Verwendungszweck: (Name, Triathlon Münster Juli 20)

Lehrgangsleitung:

Mario Schröder (gl), Martin Koppe (gl)

Teilnahmebedingung:

Ab 16 Jahre

Rad kann geliehen werden (100 € während des Lehrgangs), bitte bei Anmeldung
Bescheid geben (mit Körpergröße und Bein-innenlänge).

Anmeldeschluss:

Bis zum 10.07.2020

**Anmeldung und
Bezahlung an:**

GSNRW e.V.
(im Haus der Technik)
Hollestr. 1g
45127 Essen
mail@gsnrw.de

Bankverbindung: Sparkasse Essen
DE 96 3605 0105 0005 0110 28