

Die wichtigsten
AUSZEICHNUNGEN
für den Nachwuchs von
Mengens Triathleten:

www.mengens-triathleten.de



Achtmal in Folge wurden wir mit Auszeichnungen und Preisen für „Vorbildliche Jugendarbeit“ von Toto-Lotto, dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport und der Baden-Württembergischen Sportjugend ausgezeichnet.

Den **EnBW-Sportjugendpreis** vom Landkreis Sigmaringen erhielten wir im Jahr 2012.

Für vorbildliche Talentförderung im Verein wurden wir 2005 und 2011 mit dem „**Grünen Band**“ von der Commerzbank und dem Deutschen Olympischen Sportbund ausgezeichnet.



Übergabe „Grünes Band“

Trainer und Athleten verpflichten sich folgende Vereinbarungen einzuhalten:

- Ich will meine Ziele erreichen
- Ich verhalte mich fair
- Ich verzichte auf Tabak, Alkohol und Doping
- Wir vertrauen auf unsere Leistungen
- Wir anerkennen die Leistungen anderer
- Wir sind „GEMEINSAM STARK“

So schön kann „finishen“ sein!

Ansprechpartner und INFOS:

Wolfgang Rudnick

Gartenstraße 48
88512 Mengens

Telefon 07572 3255

E-Mail: jugend@mengens-triathleten.de



**Die Schüler- und
Jugendabteilung von
Mengens Triathleten
stellt sich vor!**

GEMEINSAM STARK
Schüler, Jugendliche und Trainer

www.mengens-triathleten.de





Sport – Spiel – Spaß und Triathlon

war das Motto im Jahr 1997, als eine Nachwuchsgruppe gegründet wurde. Heute trainieren ca. 50 Nachwuchsathleten in der Abteilung „Mengers Triathleten“.

Die wichtigsten **ZIELE**
im Nachwuchsbereich sind:

- Spass und Freude haben an der Bewegung
- gemeinsam in der Gruppe Sport treiben
- langfristiger Leistungsaufbau
- Integration von Kindern und Jugendlichen
- Erlernen und Anwenden von motorischen Fertigkeiten
- Ausbildung der allgemeinen koordinativen Fähigkeiten
- Schnelligkeit, Beweglichkeit, Ausdauer
- den Nachwuchsathleten die Möglichkeit geben, an verschiedenen Wettkämpfen teilzunehmen



So schön kann trainieren sein!

SCHWIMMEN

- Erlernen der vier Grundschwimmarten: Freistil, Rücken, Brust und Delphin
- Schnelligkeit entwickeln und ausbauen
- Rollwende

RAD

- Entwicklung der Grundlagenausdauer
- Schulung der Motorik und Koordination
- Wechsel und Koppeltraining
- Sicherheit im Straßenverkehr

LAUF

- Grundlagenausdauer
- Schnelligkeit
- Lauf ABC
- Koordinationsübungen

ALLGEMEINES TRAINING

- große und kleine Spiele
- allgemeines Athletiktraining



- Montag:** 18:00 Uhr Schüler- und Jugendtraining
- Mittwoch:** 16:30 Uhr Schülertraining
18:00 Uhr Jugendtraining
- Samstag:** 9:30 Uhr Schüler- und Jugendtraining

Die **TRAINER** im Nachwuchsbereich von Mengers Triathleten



Wolfgang Zilian	A-Trainer Triathlon
Wolfgang Rudnick	B-Trainer Triathlon
Peter Heudorfer	C-Trainer Triathlon
Manfred Bleile	C-Trainer Triathlon
Stefan Vollmer	C-Trainer Triathlon
Gerd Engenhardt	C-Trainer Triathlon
Nadine Linsenmaier	C-Trainerin Triathlon
Susanne Engenhardt	C-Trainerin Triathlon
Björn Breimaier	Ki Tai Jutsu Trainer
Ines Erler	Lauftrainerin C
Annegret Hoffmann	Übungsleiter C
Falk Erler	Schwimmtrainerassistent
Patricia Mägerlein; Elke Finke; Heike Sigg	