# SG Adelsberg - Abteilung Triathlon

## Ehrungsveranstaltung des Sächsischen Triathlon Verbands

Jährlich wird vom Sächsischen Triathlon Verband (STV) für die **Altersklassenathleten**, welche Podestplätze bei den **Sächsischen Meisterschaften** (SM) errungen haben, eine Ehrungsveranstaltung durchgeführt. Dieses Jahr zog die Veranstaltung am 4. November nach **Grimma** in das Erlebnishotel „Zur Schiffsmühle“.

Zahlreiche Athleten aus Sachsen waren anwesend und so auch die sächsische Triathlon Prominenz, wie **Martin Schulz** zweimaliger Paralympics Sieger, Weltmeister und Europameister und der frischgebackene Ironman 70.3 Weltmeister **Rico Bogen**.

Bereits um 10:00Uhr begann die Feier im Festsaal der Gaststätte. Zwischen einem bebilderten Jahresrückblicks wurden immer wieder Athleten geehrt.

**Von der SG Adelsberg** wurden insgesamt **10 Athleten ausgezeichnet**:

**SM Bergduathlon - Kamenz**

1. Platz: AK 3 - Stefanie Zelt
2. Platz: AK 3 - Stefan Seidel und Theresa Werner,
   AK 4 - Tom Parton

**SM Sprintdistanz - Rochlitz**

1. Platz: AK 25 - Monique Klette,
   AK 30 - Philippe Hahn
2. Platz: AK 55 - Angela Szeski
3. Platz: AK 45 - Marco Seidel

**SM Mitteldistanz - Knappenman**

2. Platz: Senioren 3 - Olaf Hänel

**SM Olympische Distanz - Zwickau**

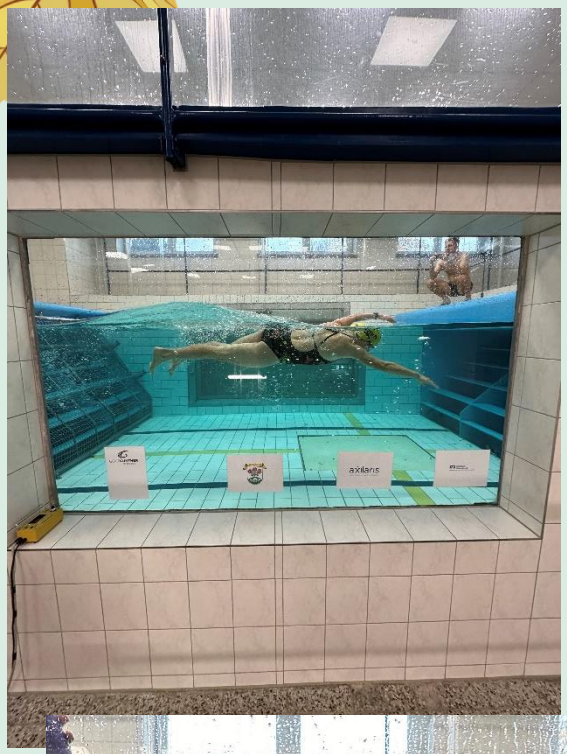
1. Platz: AK 55 - Angela Szeski
2. Platz: AK 25 - Monique Klette
3. Platz: AK 35 - Marcel Büchner

Zum Ende der Veranstaltung gab es noch **Buffet und Trinken** und den ein oder anderen **Schnappschuss mit den Weltmeistern**.

Ihr Partner in de ebirge
axilaris safe data. smart software.
GÖTZGÜNTHER IT|SERVICE

## Schwimmanalyse

So langsam werden wieder **neue Ziele** für die kommende Saison gesteckt und an der Form für **künftige Wettkämpfe** gefeilt. Für einige heißt das insbesondere **Technik- und Schnelligkeitstraining** in allen drei Disziplinen.



Am 11. November lag dafür das Hauptaugenmerk auf der eher ungeliebten ersten Disziplin: **Schwimmen**. Wenn man nicht von Kindesbeinen an, die richtige Schwimmtechnik gelernt hat, fällt es im Erwachsenenalter schwerer, die richtigen Bewegungsabläufe zu erlernen. Das Gefühl im Wasser fehlt oft.

Zum Glück gibt es in Chemnitz einen **Schwimmkanal mit einer Gegenstromanlagen** mit der man seine eigene Technik überprüfen kann. Man benötigt nur ein paar helfende Hände, die Kameras halten und ein paar **Videoaufnahmen** machen. Im Kanal selbst gibt es genügend Möglichkeiten den Schwimmenden von allen Seiten zu begutachten.
**Klaus Paproth** half dabei die bestehende **Technik zu analysieren** und die **richtigen Tipps** zu geben, wie man diese verbessern kann.

In Kooperation mit einem anderen Triathlonverein in Chemnitz nutzen insgesamt **19 Athleten** diese Möglichkeit.

Volksbank Chemnitz eG
Ihr Partner in der Region Chemnitz-Zwickau-Erzgebirge
axilaris
safe data. smart software.
GÖTZGÜNTHER IT|SERVICE
BIORACER

## Offener Vereinscrosslauf der WSG Schwarzenberg-Wildenau e.V.

An diesem Wettkampf nahm **Angela Szeski** am 22. November am Buß- und Bettag teil. Auf Grund der schlechten Witterungsbedingungen wurde die 12 Kilometerrunde, welcher **durch den Wald nahe Geyer** führte, auf **10 Kilometer** reduziert. Diese spontane Änderung des Veranstalters machte Angela nichts aus und so **gewann** sie ihre Altersklasse.

Das bedeutet nun auch endgültig die **Trophäe** in der Wertung des **Westsachsen Laufcups**. Durch die erreichte Punktzahl ist Angela nicht mehr einzuholen.

## Anstehende Veranstaltungen:

- **2. Dezember**: Freiberger Adventslauf
- **7. Dezember**: Weihnachtsfeier der SG Adelsberg, Abteilung Triathlon
- **31. Dezember**: Chemnitzer Silvesterlauf

Zum Schluss noch ein kleines **Kreuzworträtsel** → hier klicken

oder

QR- Code scannen →

(Link zu Learningapps.org, anonym, ohne Datenspeicherung)

Instagram

Facebook

Website

Volksbank Chemnitz eG
Ihr Partner in der Region Chemnitz-Zwickau-Erzgebirge

axilaris
safe data. smart software.

GÖTZGÜNTHER
IT|SERVICE

BIORACER