



BERLINER TRIATHLON UNION e.V. · MINZEWEG 11A · 12357 BERLIN

Berliner Triathlon Union e.V.
Minzeweg 11a
12357 Berlin
Tel.: 030/66 86 93-07
Fax: 030/66 86 93-05
www.btu-info.de
gf@btu-info.de
Mitglied in DTU und LSB Berlin

Berlin, 02.10.2024

Betreff: Einladung Herbstsichtung D-Kader für die Saison 2024/25

Liebe SportlerInnen,
liebe Eltern,
liebe TrainerInnen,

hiermit laden wir Euch zur Herbstsichtung für den Landeskader der Berliner Triathlon Union ein. Die Sichtung wird durch den Brandenburgischen Triathlon Bund durchgeführt und findet **am 10.11.2024 ab 7:30 in Cottbus** (Schwimmhalle und Leichtathletikanlage) statt.

Dieser Termin dient als Leistungskontrolle für die KaderathletInnen und ist Voraussetzung für zur Aufnahme in den BTU-Nachwuchskader (D- oder D-Perspektivkader).

Eine ausführliche Beschreibung und den Zeitplan findet Ihr weiter unten.

Wir bitten um Meldung der Sportler (bevorzugt als Gruppenmeldung über die Vereins-TrainerInnen) per E-Mail an verbandstrainer@btu-info.de bis zum 01.11.2024.

Die Meldung enthält dabei folgende Informationen:

- Name, Vorname, Geburtstag, Geschlecht, Verein
- Bestzeit/Meldezeit 50 und 400m Schwimmen
- Angabe ob Mittagessen gewünscht ist (5 € Selbstkosten vor Ort)
- Email des Athletin/der Athletin oder der Eltern (falls erstmalig dabei)

Alternativ kann die Meldung über die bekannte Bullsheet-Liste erfolgen!

Viele Grüße
Georg Opitz
Verbandstrainer BTU
0172/3892456



Treff Schwimmen:

Treffpunkt und Begrüßung für alle Athleten, Trainer und Betreuer um 07:30 Uhr vor der Lagune (Sielower Landstraße 19, 03044 Cottbus).

Treff Athletik/Laufen:

Ab 13:00 im Sportzentrum Cottbus (Max-Reimann-Stadion)

Dresdner Straße 20, 03050 Cottbus

Ablauf:

- ab 7:30 Einlass in die Halle und Einschwimmen
- ab 11:00 Erwärmung und Athletik Test (Bourban)
- ab 8:30 Beginn Schwimmtests (25m Bahn) - Ende ca. 11:00
- Mittagsversorgung in der Mensa (Ludwig-Leichhardt-Gymnasium, Sielower Landstraße 19)
- 13:00 Treff Sportzentrum (Athletik- und Lauffests)
- ab 13:30 Beginn Bourban-Test (indoor) im Anschluss Laufen (outdoor)

Was wird benötigt:

- Sportkleidung/Schuhe für indoor und outdoor
- Schwimmkleidung (ggf. Wechselbadehose/-anzug) - keine Carbonanzüge o.ä.
- Laufbekleidung (im Zweifel wetterfest) für outdoor
- Trinken/Essen für den Tag

Überprüft werden folgende Altersklassen:

| | |
|--------------------------|---|
| SchB m/w 2014/2015: | 50m Kraul, 200m Wasserkomplextest*, 1000m, Bourban-Test |
| SchA m/w 2012/2013: | 50m Kraul, 200m Wasserkomplextest*, 1000m, Bourban-Test |
| JugB m/w 2010/2011: | 50m / 400m Kraul, 3000m Lauf, Bourban-Test |
| JugA m/w 2008/2009: | 50m / 400m Kraul, 3000m Lauf, Bourban-Test |
| Jun m/w 2006/2007: | 50m / 400m Kraul, 3000m Lauf, Bourban-Test |
| Erw. m/w 2005 und älter: | 50m / 400m Kraul, 3000m Lauf, Bourban-Test |

*Wasserkomplextest (WKT): 50 m Kraul-Beine mit Schwimmbrett – 50 m Brust – 50 m Kraul einarmig mit passiven Arm vorne und Armwechsel nach 25 m – 50 m Kraul

*Bourban-Test: Die Testperson nimmt die Unterarmstützposition ein, dabei sind die Oberarme vertikal, Unterarme parallel und die Beine gestreckt. Schulter, Hüfte und der äußere Knöchel bilden eine gerade Linie. Nach Gabe des Startsignals erfolgt ein wechselseitiges Abheben der Füße um ca. 2-5cm in gleichmäßigem Rhythmus (ca. 1 Sekunde). Die Kniegelenke bleiben dabei stets gestreckt.