

Liebe Teamworkerinnen und Teamworker,

der April steht vor der Tür, und mit ihm beginnt für viele von uns die heiße Phase der Wettkampfvorbereitung. Die ersten Rennen sind absolviert, weitere spannende Herausforderungen stehen bevor – Zeit, Kilometer zu sammeln und sich weiter zu verbessern!

Führung im Berlin Cup – Starker Saisonstart! Dank eures Einsatzes konnten wir uns die Führung im Berlin Cup bei den Männern und Frauen sichern! Besonders Susanne als Gesamt-Zweite hat mit Jabba und Tobias bei der Mountain Challenge wertvolle Punkte für uns gesammelt. Zudem waren Cornelia und Thomas als Staffel am Start und haben mit einem starken dritten Platz in der Staffelpwertung für ein weiteres Highlight gesorgt. Ein großartiger Auftakt, der Lust auf mehr macht!

100 x 100 Meter Schwimmen am 12.04. – Sei dabei! Unser jährliches gemeinsames Langstreckenschwimmen steht wieder an! Zusammen mit dem SCC geht es am 12.04. ab 10:00 Uhr ins Wasser. Wer sich der Herausforderung stellen will, kann sich mit anderen zusammenschließen oder die Strecke allein bewältigen – Hauptsache, der Spaß kommt nicht zu kurz! Packt ausreichend Getränke, Snacks und Schwimmspielzeug ein, um die Einheit kurzweilig zu gestalten. Reguläres Training kann an diesem Samstag natürlich nicht stattfinden.

Änderungen beim Schwimmen – Neue Zeiten ab dem 14.04. Mit dem Abbau der Traglufthalle ändern sich unsere Schwimmzeiten. Ab dem 14.04. trainieren wir in der Bestandshalle von 10:00 bis 13:00 Uhr. Die erste Gruppe trifft sich um 9:45 Uhr, die zweite Gruppe um 11:15 Uhr. Bitte denkt daran, eure Zeiten entsprechend einzuplanen.

Danke für eure Unterstützung bei der Mountain Challenge! Dank eures großartigen Einsatzes konnten wir in diesem Jahr nicht nur eine tolle Veranstaltung auf die Beine stellen, sondern durch die hohe Teilnehmerzahl auch einen finanziellen Überschuss erwirtschaften. Dieser kommt euch direkt zugute – freut euch auf ein gebührendes Sommerfest, bei dem wir eure Hilfe gebührend feiern werden. Weitere Infos folgen!

Hallentraining mit Alex – Bleibt am Ball! Ein kleiner Reminder: Das Hallentraining mit Alex läuft weiter! Jeden Mittwoch um 19:00 Uhr gibt es die perfekte Gelegenheit, an Kraft, Stabilität und Athletik zu arbeiten – eine wichtige Grundlage für eine erfolgreiche Saison.

Neues Lauftraining ab 10.04.! Gute Nachrichten für alle Läuferinnen und Läufer: Ab dem 10.04. bieten wir wieder ein strukturiertes Lauftraining an! Rolf übernimmt das Training mit Unterstützung von Carsten. Los geht's immer donnerstags um 18:00 Uhr in der Finsterwalder Straße. Ein riesiges Dankeschön an Rolf und Carsten für ihr Engagement!

Ich wünsche euch einen erfolgreichen Start in den April, bleibt gesund und macht weiter gute Fortschritte in eurem Training!

Sportliche Grüße

Tobias

--

Sportwart Teamwork Berlin e.V.
<https://www.teamwork-berlin.eu/>