

Neue Sportabteilung beim Neusser Schwimmverein

TRIATHLON

Wir Neusser SV Triathleten sind überwiegend wettkampforientierte Breiten-/und Leistungssportler, die in den vergangenen Jahren erfolgreich im Schwimmsport und Modernen Fünfkampf unterwegs gewesen sind.

Die Triathleten freuen sich auf viele neue begeisterte Sportler ab 7 Jahren.

Kontaktdaten: Trainer Frank Adam 0173 5130951



Triathlon@neusser-sv.de

Triathlon Neusser SV 1900e.V. auf facebook und instagram zu finden

Schwimmen

Der Neusser Schwimmverein bietet zahlreiche Trainingsmöglichkeiten mit verschiedenen Leistungsstufen an.

Während beim Laufen vor allen die Ausdauer zählt, liegt der Schwerpunkt beim Schwimmen auf Beweglichkeit, Kraft und Koordination. Die Technik spielt eine entscheidende Rolle, und die muss man, immer wieder üben.

Daher haben wir in unseren Schwimmgruppen beim NSV die besten Voraussetzungen für jedes Alter und für jede Leistungen/Ambitionen.

Stadtbad Neuss

Südbad Neuss

Nordbad Neuss

Trainingszeiten nach Leistungsstand montags bis samstags

Laufen

Im Lauftraining gilt es, neben dem klassischen Dauerlauf alle Facette für jeden Sportler anzuwenden und im Austausch mit dem Trainer zu bleiben.

Fahrtspiel, Lauf- ABC, Intervalltraining gehören ebenfalls dazu.

Trainiert wird rund um Büttgen und im Rhein-Kreis Neuss auf verschiedenen Sportanlagen.

Treffpunkt: Büttger-Buscherhöfe 8a

41564 Kaarst

Uhrzeit nach Absprache freitags/samstags und sonntags

Radfahren

Speziell zum Radfahren treffen sich die Sportler mit gleichem Leistungsstand zum gemeinsamen Training.

Treffpunkt: Büttger-Buscherhöfe 8a

41564 Kaarst

Uhrzeit nach Absprache freitags/samstags und sonntags

Für die jüngeren Sportler gilt, dass sie das Rad beherrschen können und die Verkehrsregeln kennen. Einige Triathleten sind auch Vereinsmitglied **beim VFR Büttgen/ Radsport** und trainieren im Winter in der Radsporthalle.