

## Ihre Ansprechpartner

Michael Schwalm

1. Vorsitzender Abteilung Triathlon

Telefon geschäftlich: 06151 371593

Telefon privat: 06150 81189

Axel Reinhardt

Sportwart

Telefon: 06150 7352

### Homepage

Hier kann man sich über unsere aktuellen Aktivitäten informieren: [www.sga-triathlon.de](http://www.sga-triathlon.de)

# SGA ARHEILGEN



## Triathlon bei der SGA

Fit sein und dabei  
viel Spaß haben!



Sportgemeinschaft Arheilgen e.V.

Auf der Hardt 80  
64291 Darmstadt-Arheilgen

Telefon: 06151 376330

Telefax: 06151 351212

E-Mail: [sga@sga-arheilgen.de](mailto:sga@sga-arheilgen.de)

[www.sga-arheilgen.de](http://www.sga-arheilgen.de)

### Sprechzeiten der SGA-Geschäftsstelle

Montag und Donnerstag 16-19 Uhr

Mittwoch 10-12 und 16-19 Uhr

### Die SGA-Premium-Partner

**MERCK**



Finde Deinen Sport!



## Triathlon in der SGA

Gibt es seit 1991. Rund 150 Abteilungsmitglieder sind vom Kinder- bis Seniorenbereich aktiv und auf allen Distanzen vertreten:

- Kurz- und Sprinttriathlons
- Olympische Distanz:  
1,4 km Schwimmen/40 km Rad/10 km Laufen
- Mitteldistanz: 2,0 km/80 km/20 km
- Langdistanz: 4,0 km/120 km/30 km
- Ultra- oder Ironman-Distanz: 3,8 km/180 km/42,2 km



## Das Training

- Schwimmtraining mit unseren professionellen Trainern im Nordbad und Trainingsbad am Woog (vier Möglichkeiten in der Woche: wechselnde Zeiten in Hallen- und Freibadsaison, am besten auf der Homepage nachsehen!)
- Lauf- und Lauftechniktraining mit professionellem Trainer am SGA-Stadion
- Radtraining jahreszeitbedingt nach Vereinbarung am Wochenende

## Was wir sonst noch machen

- Unseren eigenen Wettkampf, den „Mühlchen-Triathlon“ (Sprintdistanz)
- Teilnahme an Radmarathons und Mountainbikerennen
- Laufwettbewerbe
- Radwochenende
- Ski-Langlaufwochenende



## Tradition

Tradition haben schon unsere jährlichen Radtouren, die uns seit 1991 mehrfach in alle Darmstädter Schwesterstädte geführt haben. Bis zu 2000 km werden dabei in Tagesetappen bis zu 215 km zurückgelegt, um die in ganz Europa verteilten Ziele zu erreichen.

## Professionell

arbeitet auch unser Fun-Team. Damit das gesellige Element nicht zu kurz kommt werden Events organisiert:

- Sommerfest
- Das traditionelle Bergzeitfahren
- Neujahrsempfang



## Der Weg zu uns

ist nicht weit. Idealer Ersteinstieg in den Triathlonsport ist wegen der kurzen Strecken die Teilnahme am Mühlchen-Triathlon. Zum Schnuppertraining kommt man am besten ins Montags-Schwimmtraining (Hallensaison 19.45 Uhr Nordbad / Freibadsaison 19.30 Uhr DSW-Freibad, beides Alsfelder Straße 33).