

Jaarplanning Athlos Triatlongroep van september 2022 tot en met juli 2023

Week	Datum	Dag	Evenement/ training	Tijd	Overige	
ledere week		Maandag	Zwemmen bij de Woelwaters, alleen voor Athlos leden die ook lid zijn van de Woelwaters!	18:00 - 18:45	meer info: https://woelwaters.nl/trainingstijden-wedstrijdzwemmen/	
ledere week		Dinsdag & donderdag	Trainingsmoment van aantal triatleten van Athlos. Ieder zwemt op eigen gelegenheid, koopt zelf een kaartje bij de kassa en zwemt eigen programma	07:00 - 08:15	suggestie: https://www.triathlon365.nl/zwemschema-opbouw-naar-1-kilometer/	
2022						
45	12-11-2022	Zaterdag	Gezamenlijke looptraining	09:30 - 11:00	- bestemd voor leden van Athlos - aanmelden via triatlon@athlos.nl - je wordt dan toegevoegd aan de appgroep - details volgen via de appgroep	
47	26-11-2022	Zaterdag	Gezamenlijke fietstraining	09:30 - 11:00		
49	10-12-2022	Zaterdag	Gezamenlijke looptraining	09:30 - 11:00		
51	24-12-2022	Zaterdag	Gezamenlijke fietstraining	09:30 - 11:00		
2023						
2	14-1-2023	Zaterdag	Gezamenlijke looptraining	09:30 - 11:00	later in het seizoen wordt dit programma gecombineerd met de trainingen voor de triatlon startersgroep	
4	28-1-2023	Zaterdag	Gezamenlijke fietstraining	09:30 - 11:00	Er zullen dan ook een aantal trainingen open-water-zwemmen en wisseltrainingen aan het programma worden toegevoegd.	
6	11-2-2023	Zaterdag	Gezamenlijke looptraining	09:30 - 11:00		
8	24-2-2023	Zaterdag	Gezamenlijke fietstraining	09:30 - 11:00	Meer informatie: triatlon@athlos.nl	
11	18-3-2023	Zaterdag	Gezamenlijke looptraining	09:30 - 11:00		
13	1-4-2023	Zaterdag	Gezamenlijke fietstraining	09:30 - 11:00		
15	15-4-2023	Zaterdag	Gezamenlijke looptraining	09:30 - 11:00		
17	29-4-2023	Zaterdag	Gezamenlijke fietstraining	09:30 - 11:00		
19	13-5-2023	Zaterdag	Gezamenlijke looptraining	09:30 - 11:00		
21	27-5-2023	Zaterdag	Gezamenlijke fietstraining	09:30 - 11:00		
23	10-6-2023	Zaterdag	Gezamenlijke looptraining	09:30 - 11:00		
	24-6-2023	Zaterdag	Zeewolde Endurance Afstand: 1/8 – OD - MD			Gezamenlijke deelname, meer info: https://www.zeewolde-endurance.nl/