



Tri-cykeltræning for triatleter

Træner er Tommy Ulse fra HFTC.

Vi kører rund strækninger og intervaller, der bliver taget hensyn så alle tempi kan være med.

Tommy vil også have fokus på sving teknik, gearskift og andet relevant for tri-træning.

HUSK dækindlæg, så vi minimere vente tid ved slange skift.

Vi mødes ved klubhuset og kører kl. 19.00-20.30

Datoer for cykeltræning:

April

- 14/4
- 22/4 **kl.11**
- 28/4

Maj

- 5/5
- 12/5
- 19/5
- 26/5

Juni

- 2/6
- 16/6 (Afløser; Thomas)

Juli

- 14/7
- 21/7
- 28/7

August

- 4/8
- 11/8