



Formålet med rekvisitterne

Begrundelse for vores behov af svømmeudstyr

Mange af vores kommende nye medlemmer er ikke rutineret (Crawl) svømmer og for ikke at det skal være alt for udfordrende for nye, vil udstyr som Vådedragter og svømmeplader, pull buoy, samt håndplader være en nødvendighed, for at sikre at de lærer teknikken hurtigst muligt og at den fornødne hjælp ydes.

Et fælles Digitalt pace ur vil også være et vigtigt trænings redskab for holdet og den enkelt udøver, for hele tiden og kunne bekræfte sine egne præstationer.

Info om Bkool pro hometrainer.

Med henblik på at medlemmerne får en korrekt siddestilling så man minimere chancen for skader i bla ryggen og knæene.

Optimal til vintertræning da man hele tide kan sidde og træde med den samme forudbestemte kadencen/watt. Det vil aldrig blive det samme på en spinning-cykel, da den er lavet til at opfylde et helt andet behov(fitness og kondition). Fordelen ved hometraineren er at det er din egen cykel som man sidder på og derved får man fuld udbytte af sin vintertræning. Man er heller ikke afhængig af vind og vejr.

Det vil også være et sjovt konkurrenceelement, da man kan køre forskellige ruter imod hinanden f.eks. ironman ruten i København eller sågar den mest prestigefyldte af dem alle, nemlig VM ruten på Hawaii. Og udover træning, vil vi også kunne bruge dem til kulturelle arrangementer, hvor virksomheder eller byens borger kan prøve kræfter imod hinanden på nogle korte distancer, det giver os samtidig muligheden for en branding af vores Idrætsforening.

Det vil være et særdeles godt incitament i et forsøg på at fastholde og tiltrække nye medlemmer, da jeg ikke har hørt om andre triathlon klubber der har nogen og hvorfor skal vi ikke gå forrest.

En hometrainer koster ca. 4000 kr. hvorimod en spinning cykel koster ca.25000 kr.

Kun til orientering

Træner uddannelser til 3
frivillige trænere, som er en
udgift vi selv kan dække

Livredning/førstehjælp			5000
Spinningsinstruktør			3000
Løb			
kurser i svømning			5.000

Alle uddannelser vil blive afholdt igennem Dansk Triatlon Forbund