



## Nieuwsbrief mei 2022

Beste TTR'er,

Het triatlonseizoen staat nu echt voor de deur! Heel wat leden hebben hun planning al gemaakt met wedstrijden in binnen- en buitenland. De wedstrijdcel zit in de laatste rechte lijn naar onze Roeselatriatlon, we maken er een echt triatlonfeest van!

### Zwemtrainingen

In de maand mei verandert er niets aan de planning van de zwemtrainingen, vanaf donderdag 2 juni organiseren we (onder voorbehoud van goedkeuring van de Vossenbergh) terug openwatertrainingen. Vanaf die datum vallen de zwemtrainingen op donderdagavond in Sportoase weg. Op zaterdag hopen we vanaf 4 juni terug één training in het openluchtbad van Izegem te plannen, en één training in Sportoase. De definitieve bevestiging vind je in de volgende nieuwsbrief.

### Inschrijven voor de Roeselatriatlon

Voor alle duidelijkheid: inschrijven voor onze wedstrijd doe je niet via de doodle, maar via de website <https://www.roeselatriatlon.be/>

De doodle is louter ter informatie voor de andere leden om te weten wie ook nog aan de wedstrijden deelneemt. Mogen we vragen om bij inschrijving aan wedstrijden altijd **TriatlonTeam Roeselare** (voluit) als club te vermelden?

### Dwars over de Mandel op vrijdag 6/5

Traditiegetrouw zijn we met een grote delegatie aanwezig op deze stadsliep voor het goede doel. Je zal de TTR-tent zien staan nabij de start van de wedstrijd. Vooraf nemen we altijd een groepsfoto. U loopt toch ook?

### Doelwedstrijden 2022

Hieronder nog eens de link naar de doodle van de doelwedstrijden:

[https://doodle.com/poll/qxsvbmi4nzt44gax?utm\\_source=poll&utm\\_medium=link](https://doodle.com/poll/qxsvbmi4nzt44gax?utm_source=poll&utm_medium=link)

Op TrainingPeaks vind je op het trainingsschema ook nog andere mooie wedstrijden die door de trainers als tussendoel geselecteerd werden. Voor deze wedstrijden krijg je geen waardebon, maar ze kunnen een extra motivatie zijn in jouw voorbereiding naar de echte doelwedstrijd.





## Nieuwsbrief mei 2022

### Big Training Day

Zoals je al kon zien op de doodle van de doelwedstrijden nemen heel wat TTR'ers deel aan de Challenge Geraardsbergen. Er zijn verschillende leden die zich voor de eerste keer aan een halve triatlon wagen. Om hen bij te staan in hun voorbereiding organiseren we een Big Training Day op zaterdag 28 mei waar we een wedstrijdssimulatie doen van de halve afstand. In de Put in Nieuwkapelle zwemmen we vanaf 9.00u eerst 2 km, dan fietsen we in de omgeving 90 km om daarna 16 km te lopen. We voorzien een aantal begeleiders om alles in goede banen te leiden, het is wel de bedoeling dat iedereen het fietsen en lopen individueel op zijn eigen wedstrijdtempo aflegt. Op die manier kan je ook jouw voedingsplan uittesten. Iedere TTR'er die zich voorbereidt op de halve of de volledige afstand kan aan deze big training day deelnemen.

Via dit formulier kan je je aanmelden:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe8b6SSStDPFqa4V-FoY1-4SNhguVrINBVpl24UmHXldDz9yQ/viewform>

Nadien krijg je dan alle praktische info via e-mail.

### Belangrijke TTR data:

- zondag 01/05/2022: Ploegentriatlon Doornik
- vrijdag 06/05/2022: Dwars over de Mandel
- zaterdag 28/05/2022: Big Training Day
- zondag 05/06/2022: Roeseltriatlon
- zondag 12/06/2022 : 1/2 Triatlon Geraardsbergen
- zondag 19/06/2022 : 1/4 Triatlon Kortrijk
- zondag 10/07/2022 : IronMan Thun
- maandag 15/08/2022: TTR Gran Fondo
- zaterdag 08/10/2022: Clubfeest

De laatste info vind je altijd op de website.  
Tot heel binnenkort!

TriatlonTeam Roeselare vzw  
[www.triatlonteamroeselare.be](http://www.triatlonteamroeselare.be)

