



Triathlon im Schulsport

Spiel - Sport - Spaß

Triathlon in der Schule – warum eigentlich nicht? Tipps und Informationen – von der ersten Idee, der Gestaltung einer Unterrichtsstunde oder Projektwoche bis hin zur Organisation eines Schultriathlons – bietet die neue DTU-Broschüre »Triathlon im Schulsport«. Sie soll Lehrer, die vielleicht noch nie mit Triathlon in Kontakt gekommen sind, dazu ermutigen, Ausdauersport und insbesondere Triathlon an den Schulen anzubieten. Dabei informiert das fünfköpfige Autorenteam in jeweils einem Kapitel über die Sportarten Schwimmen, Radfahren, Laufen sowie über Skilanglauf und Inline-Skating. Im Anschluss daran werden klassische Technikübungen und viele Tipps für Sportspiele vorgestellt. Denn eins steht fest: Triathlon ist eine



ideale Sportart, um im Schulsport Fitness, Ausdauer, Koordinationsfähigkeit, mentale Stärke und Spaß miteinander zu kombinieren. Den Abschluss der 70-seitigen Broschüre bildet ein Leitfaden für die Organisation eines schulischen Triathlons. Darin enthalten sind Informationen über Wettkampfor-ganisation, Sicherheitsvorkehrungen, Helferaufgaben und offizielle Regeln der DTU. Die Broschüre kann im Internet unter www.dtu-info.de unter der Rubrik »Jugend« bestellt werden.