

Indoor-Cycling

8 STUNDEN MARATHON

In Kooperation der zwei größten Sportvereine aus Ratingen:



SONNTAG, 15. 10. 2017

START IST UM 10⁰⁰ UHR

PRESENTER-TEAM:

Sven Schmidt (*Ratingen*)
Gudula Schmid (*Krefeld*)
Thomas Köster (*Hameln*)
Sabrina Schmitz (*Ratingen*)

Olaf Müller (*Ratingen*)
Matthias Balitzki (*Bremen*)
Jörg Ellinghaus (*Krefeld*)

Startgebühr:	Mitglieder	8 Stunden	45,- € pro Person
	(TuS 08, TV-R)	4 Stunden	25,- € pro Person
	Nicht-Mitglieder	8 Stunden	65,- € pro Person
		4 Stunden	40,- € pro Person

Incl. Mineralgetränke, Obst und ab 14⁰⁰ Uhr Pasta

TURNHALLE
ADAM-JOSEF-CÜPPERS
BERUFSSKOLLEG RATINGEN
MINORITENSTR. 10, 40878 RATINGEN

Kontakt:
Alexander.Kraus@tusfit.de
Daniel.Weber@tv-ratingen.de

Indoor-Cycling

8 STUNDEN MARATHON

In Kooperation der zwei größten Sportvereine aus Ratingen:



SONNTAG, 15. 10. 2017

STUNDENPLAN

1. std.	Olaf Müller	Criss/Cross
2. std.	Sven Schmidt	Intervall
3. std.	Gudula Schmid	Strength
4. std.	Matthias Balitzki	Intervall
5. std.	Thomas Köster	Criss/Cross
6. std.	Sabrina Schmitz	Intervall
7. std.	Jörg Ellinghaus	Strength
8. std.	FINALE Olaf/Sven/Sabrina/Jörg/Gudula	Intervall

TURNHALLE
ADAM-JOSEF-CÜPPERS
BERUFSSKOLLEG RATINGEN
MINORITENSTR. 10, 40878 RATINGEN

Kontakt:
Alexander.Kraus@tusfit.de
Daniel.Weber@tv-ratingen.de

Indoor-Cycling

8 STUNDEN MARATHON

In Kooperation der zwei größten Sportvereine aus Ratingen:



SONNTAG, 15. 10. 2017

START IST UM 10⁰⁰ UHR

PRESENTER-TEAM:

Sven Schmidt (*Ratingen*)
Gudula Schmid (*Krefeld*)
Thomas Köster (*Hameln*)
Sabrina Schmitz (*Ratingen*)

Olaf Müller (*Ratingen*)
Matthias Balitzki (*Bremen*)
Jörg Ellinghaus (*Krefeld*)

Startgebühr:	Mitglieder (TuS 08, TV-R)	8 Stunden	45,- € pro Person
		4 Stunden	25,- € pro Person
	Nicht-Mitglieder	8 Stunden	65,- € pro Person
		4 Stunden	40,- € pro Person

Incl. Mineralgetränke, Obst und ab 14⁰⁰ Uhr Pasta

Neuer Veranstaltungsort

TV-RATINGEN
SPORTZENTRUM OST
KOKKOLA STR. 3
40882 RATINGEN

Kontakt:
Alexander.Kraus@tusfit.de
Daniel.Weber@tv-ratingen.de

Indoor-Cycling

8 STUNDEN MARATHON

In Kooperation der zwei größten Sportvereine aus Ratingen:



SONNTAG, 15. 10. 2017

STUNDENPLAN

1. std.	Olaf Müller	Criss/Cross
2. std.	Sven Schmidt	Intervall
3. std.	Gudula Schmid	Strength
4. std.	Matthias Balitzki	Intervall
5. std.	Thomas Köster	Criss/Cross
6. std.	Sabrina Schmitz	Intervall
7. std.	Jörg Ellinghaus	Strength
8. std.	FINALE <small>Olaf/Sven/Sabrina/Jörg/Gudula</small>	Intervall

Neuer Veranstaltungsort

**TV-RATINGEN
SPORTZENTRUM OST
KOKKOLA STR. 3
40882 RATINGEN**

Kontakt:
Alexander.Kraus@tusfit.de
Daniel.Weber@tv-ratingen.de