

# VEREINS NEWSLETTER



Triathlonverein Fürstenwalde 1990 e.V.

RevII V.1-2025

Liebes Vereinsmitglied,

herzlich willkommen zum ersten Newsletter des Jahres 2025! Wir wünschen euch ein gesundes und erfolgreiches Jahr, in dem all eure Ziele Realität werden. Möge es euch mit vielen sportlichen Herausforderungen bereichern – und wir freuen uns darauf, euch weiterhin als engagierte Mitglieder in unserem Verein zu haben!

## Unsere Ziele für 2025: Gemeinsam in die Regionalliga Ost

Auch in diesem Jahr haben wir Großes vor! Unser Ziel ist es, mit einer eigenen Mannschaft in der Regionalliga Ost anzutreten. Dafür suchen wir vier Mitglieder mit aktuellem DTU-Pass aus der Altersklasse AK40 und älter.

Alternativ könnten wir auch eine gemischte Mannschaft unabhängig vom Alter aufstellen.



👉 Interesse? Meldet euch bitte direkt bei Jörn Bartusch unter +49 162 2564110.

Für die Wertung sind vier bis fünf Ligawettkämpfe erforderlich an denen wir dann teilnehmen müssen. Die Termine und Details findet ihr hier: [Wettkämpfe Regionalliga Ost](#)

Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit euch als Team in 2025 erfolgreich zu sein!

Triathlonverein Fürstenwalde 1990 e.V

Homepage: [www.tv-fuerstenwalde.org](http://www.tv-fuerstenwalde.org)

Kontakt: [info@tv-fuerstenwalde.org](mailto:info@tv-fuerstenwalde.org)

Seite 1

Kontakt: [helke.wannewitz@t-online.de](mailto:helke.wannewitz@t-online.de)

Kontakt: [foto-hoehne@t-online.de](mailto:foto-hoehne@t-online.de)

# VEREINS NEWSLETTER



Triathlonverein Fürstenwalde 1990 e.V.

RevII V.1-2025

## Spannende Studie: Eure Meinung zählt!

Die Universität Rostock hat eine Umfrage gestartet, die den Einsatz von Schmerzmitteln im Breitensport untersucht. Eure Teilnahme kann wertvolle Erkenntnisse für die Sportmedizin liefern.

👉 Hier geht's zur Umfrage: [Schmerzmittel im Breitensport](#)

Eure Meinung zählt – macht mit und unterstützt die Wissenschaft!

## Jahreskalender 2025 – Jetzt verfügbar!

Unser Vereinskalendar für 2025 ist da! Einige von euch haben bereits den Versand nach Hause gewählt. Für alle anderen liegen die Exemplare ab morgen bei den FahrradFüchsen in der Juri-Gagarin-Straße 24, 15517 Fürstenwalde/Spree zur Abholung bereit.

Kommt vorbei und sichert euch euren Kalender für einen perfekten Start ins Jahr!

## 🚴 Winter-Highlight: Spinning-Kurs für alle Sportbegeisterten! 🚴

die kalte Jahreszeit ist da, und viele von uns verlegen das Radtraining auf die Rolle. Aber Hand aufs Herz: Gibt es etwas Monotoneres? Dabei kann Indoor-Training auch richtig Spaß machen – vor allem in der Gruppe und unter professioneller Anleitung!

Im **Fitnessstudio „Der FitnessTreff“ in Bad Saarow** gibt es regelmäßig Spinning-Kurse, die genau das bieten: Teamspirit, Motivation und einen ordentlichen Schub für eure Fitness. Hajo Schrobitz, der Inhaber und ein guter Freund von mir, hat uns ein unschlagbares Angebot gemacht:

### Exklusiver Spinning-Kurs am Freitagabend um 18:00 Uhr!

- ➡ **Wo:** Der FitnessTreff, Bad Saarow
- ➡ **Wann:** Jeden Freitag um 18:00 Uhr
- ➡ **Teilnehmer:** Mindestens 5 Personen
- ➡ **Preis:** Festpreis für die Gruppe

Triathlonverein Fürstenwalde 1990 e.V.

Homepage: [www.tv-fuerstenwalde.org](http://www.tv-fuerstenwalde.org)

Kontakt: [info@tv-fuerstenwalde.org](mailto:info@tv-fuerstenwalde.org)

Seite 2

Kontakt: [helke.wannewitz@t-online.de](mailto:helke.wannewitz@t-online.de)

Kontakt: [foto-hoehne@t-online.de](mailto:foto-hoehne@t-online.de)

# VEREINS NEWSLETTER



Triathlonverein Fürstenwalde 1990 e.V.

RevII V.1-2025

Das Beste daran? Ihr trainiert nicht nur in guter Gesellschaft, sondern könnt auch gezielt eure Form verbessern. Vielseitigkeit ist im Sport der Schlüssel zum Erfolg – und wer weiß, vielleicht lassen sich die Kurse später sogar individuell auf das Triathlon-Training abstimmen!



## 💡 Neugierig geworden?

Alle Infos zum Studio findet ihr [hier](#). Bei Interesse meldet euch bitte direkt bei **Daniel Bock** – je schneller, desto besser!

Lasst uns gemeinsam fit und motiviert durch den Winter kommen. Wer ist dabei? 🚴🔥

---

Vielen Dank fürs Lesen! Wir freuen uns auf ein spannendes und erfolgreiches Jahr mit euch. Bei Fragen oder Anregungen stehen wir euch wie immer gern zur Verfügung.

Sportliche Grüße,

Euer Vorstand vom TV-Füwa

Triathlonverein Fürstenwalde 1990 e.V.

Homepage: [www.tv-fuerstenwalde.org](http://www.tv-fuerstenwalde.org)

Kontakt: [info@tv-fuerstenwalde.org](mailto:info@tv-fuerstenwalde.org)

Seite 3

Kontakt: [helke.wannewitz@t-online.de](mailto:helke.wannewitz@t-online.de)

Kontakt: [foto-hoehne@t-online.de](mailto:foto-hoehne@t-online.de)