

## 100x100 zum Dritten

Freitag, den 29. Dezember 2017 um 12:30 Uhr

---



Schön langsam wird es fast schon zur Tradition..

Bereits zum 3ten Mal wurde zwischen Weihnachten und Silvester wieder ein langes Schwimmausdauertraining durchgeführt.

Diesmal wurde eine Gesamtstrecke von **71km** oder anders gerechnet **2.840**

**Schwimmbadlängen**

zurückgelegt. (2015 und 2016 waren es je 53,5km).

Da sich die 2min Startzeit vom letzten Jahr sehr gut bewährt hatte, starteten wir heuer gleich von Anfang an damit und zogen es bis zum Ende durch. Effektv waren es also immer 1:45 bis 1:50 pro 100m und dann eine kurze Pause zum Trinken oder Kekse essen.

Danke an Jürgen Karisch für die Inschinörmäßige Dokumentation in Strich und Bild :-)

Vielen Dank auch wieder an die Therme Amade für die Möglichkeit des frühen Eintritts und die Reservierung der Bahnen.

{gallery}2017\_12\_27\_100x100\_Schwimmen,single=IMG-20171227-WA0000.jpg,single\_gallery=1{/gallery}