

Breitensport Ruden im Sommer 2016 (ab 28.03.2016)

Wochentag	Zeit	Veranstaltung	Kontakt vor erstmaliger Teilnahme bitte melden bei:
Montag	10:00	Rudern für das gehobene Alter (ab ca. 60 Jahre)	Ludwig Ellerbrake
	18:00	Ausbildung* (Ruderkurs vom 11.04. bis 20.06)	Rudern@ORV.de
	18:00	Allgemeiner Breitensport (Nachfolge Ruderkurs ab 01.07.2016)	Jochen Kruse
	18:00	Ambitionierte Breitensportler - Fortgeschrittene -	nach eigener Absprache
Dienstag	17:30	Ausbildung* (Ruderkurs vom 19.04. bis 21.06)	Rudern@ORV.de
	17:30	Allgemeiner Breitensport (Nachfolge Ruderkurs ab 01.07.2016)	Jochen Kruse
	19:00	Ausbildung* (Ruderkurs vom 19.04. bis 21.06)	Rudern@ORV.de
	19:00	Allgemeiner Breitensport (Nachfolge Ruderkurs ab 01.07.2016)	Jochen Kruse
Mittwoch	10:00	Rudern für das gehobene Alter (ab ca. 60 Jahre)	Ludwig Ellerbrake
	18:00	Ausbildung* (Ruderkurs vom 13.04. bis 22.06)	Rudern@ORV.de
	18:00	Allgemeiner Breitensport - Fortgeschrittene -	Jochen Kruse
Donnerstag	17:30	Ausbildung* (Ruderkurs vom 14.04. bis 23.06)	Rudern@ORV.de
	17:30	Allgemeiner Breitensport (Nachfolge Ruderkurs ab 01.07.2016)	N. N.
	19:00	Ausbildung* (Ruderkurs vom 14.04. bis 23.06)	Rudern@ORV.de
	19:00	Allgemeiner Breitensport (Nachfolge Ruderkurs ab 01.07.2016)	N. N.
Freitag	15:00	Ambitionierte Breitensportler - Fortgeschrittene - (ab 01.07.2016)	Michael Schwarzwald
Sonnabend	11:30	Rudern für junge Erwachsene - Anfänger und Fortgeschrittene -	Michael Lanver/Daniel Klie
	14:00	Allgemeiner Breitensport - Fortgeschrittene -	nach eigener Absprache
	nach Vereinbarung	Training für Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre Anfängerausbildung und Wettkampftraining im Großboot und Skiff	Tim Tolhuysen
Sonntag	10:30	Allgemeiner Rudertreff - Fortgeschrittene Rennboot-	nach eigener Absprache