Ruderverein Kurhessen Cassel 1890/1911

Sommertraining 2023

Ab 24. April gelten die unten aufgeführten Rudertermine.

Ab 24.07. bis zum 01.09. sind in Hessen Schulferien. Das Training findet nur in Absprache mit dem jeweiligen Übungsleiter statt.

Dienstag 18.00 - 20.00 Uhr Ruderfortbildung/Techniktraining
Ansprechpartnerinnen: Irene Diebel irene.diebel@web.de
Katharina Gloeckner-Hofmann
gloeckner@patho-nordhessen.de

Mittwoch 18.00 - 20.00 Uhr Ruderfortbildung/Techniktraining
Ansprechpartner/in: Irene Diebel irene.diebel@web.de

Mittwoch 20.00 - 21.30 Uhr Krafttraining im Kraftraum
Ansprechpartner/in: Sascha Richter richtersascha96@t-online.de

Donnerstag 18.00 - 20.00 Uhr Schnupperkurs
Ansprechpartner/in: Bernd Lehmann dackel.lehmann@web.de
Torsten Brüggemann TorstenBrueggemann@gmx.net
Silvia M. Bartnik vorsitz@rvkurhessen-cassel.de

18.00 -20.00 Uhr Breitensport
Sönke Siemssen schatzmeister@rvkurhessen-cassel.de

Samstag 10.00 -12.00 Uhr Breitensport
Ansprechpartnerin: Silvia M. Bartnik vorsitz@rvkurhessen-cassel.de
Rahel Krause rahel.krause@googlemail.com

Samstag 16.00 -18.00 Uhr Breitensport
Ansprechpartner/in: Irene Diebel irene.diebel@web.de
Johanna Wenzel Fam.RolandWenzel@t-online.de

Jochen Meier

Interesse an einer Skiff-Ausbildung?
Dann ruft Jochen Meier unter KS 492660 an.

Interesse am Regattatraining? Meldet euch bei Sandra Rus / Stellvertretende Vorsitzende Breitensport stvvorsitz-breitensport@rvkurhessen-cassel.de

Bitte beachten:
Im Kraftraum muss aus Gründen der Verletzungsgefahr mindestens zu zweit trainiert werden.
Bitte die Nutzung des Kraftraums in dem ausgelegten Nutzungsbuch eintragen.
Der Kraft- und Ergoraum wird von verschiedenen Trainingsgruppen genutzt, deshalb ist der Wochenplan zu beachten. Die Räume sind nach der Nutzung aufgeräumt zu verlassen.

Noch Fragen?
Dann ruft mich an: Sandra Rus / Stellvertretende Vorsitzende Breitensport mobil 01733740011

Irene Diebel

Katharina Glöckner

Torsten Brüggemann

Bernd Lehmann

Silvia M. Bartnik

Rahel Krause