

MÄRKISCHER RUDERVEREIN

Ferien-Ruderkurs

8. – 13.4.2017

In den Ferien nichts zu tun? Rudern!

Mach' mit beim Ferien-Ruderkurs des Märkischen Rudervereins. 6 Tage Spaß am und auf dem Wasser jeweils von 14 bis 18 Uhr.

Eine begrenzte Teilnehmerzahl erlernt im Kreise Gleichaltriger die Grundkenntnisse des Ruderns. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt. Bei Regen wird im Bootshaus auf dem Ruder-Ergometer trainiert (Trockenrudern) oder gespielt.

Teilnahme-Voraussetzung: Die Teilnehmer müssen schwimmen können und Spaß am nassen Element haben. Für Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahren (Körpergröße mindestens 1,50 m).

Kurszeiten:

Sa. 8.4. bis Do. 13.4.2017 jeweils 14 – 18 Uhr

Kursgebühr:

Pro Teilnehmer 40,- EUR.

(Die Kursgebühr wird bei Vereinseintritt teilweise angerechnet.)

Anmeldung:

Begrenzte Teilnehmerzahl, also bitte schnell anmelden.

E-Mail: Jugend@MaerkischerRV.de

Tel. 0170 / 930 17 59

Petra Hildebrand-Wanner

www.MaerkischerRV.de

Wo?

MÄRKISCHER RUDERVEREIN

Siemenswerderweg 40

(an der Heerstraße)

13595 Berlin

Anfahrt

Bus M49 bis Haltestelle Pichelswerder

Der Verein:

Der Märkische Ruderverein ist ein Wanderruderverein. Die Mitglieder, Jugendliche und Erwachsene, rudern in Berlin auf der Havel, Spree und Dahme sowie auf den Flüssen und Seen im Brandenburger Umland. Regelmäßige Rudertreffs finden mittwochs, samstags und sonntags statt. Auf längeren Wanderfahrten geht es zuweilen auch bis ins europäische Ausland. Spezielle Rudertouren und Wochenendfreizeiten werden für die Jugendabteilung angeboten.

Im Winter wird das Freizeitangebot des Vereins ergänzt durch Hallensport (Fitnessstraining, Gymnastik, Tischtennis) sowie Kastenrudern. Neben sportlicher Betätigung stehen Erholung und Spaß im Vordergrund.

Der 1901 gegründete Märkische Ruderverein besitzt ein schönes Wassergrundstück mit einem gemütlichen Vereinshaus auf der Halbinsel Pichelswerder an der Grenze zwischen Charlottenburg und Spandau (Siemenswerderweg 40 / an der Heerstr.) Der Verein ist auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen.

Rudern:

Rudern ist eine ideale Sportart für alle, die Freude an Bewegung auf dem Wasser und in der Natur haben. Ausgeübt werden kann der Sport ab dem 10. Lebensjahr und bis ins hohe Alter hinein.

Der Märkische Ruderverein bietet Ruderausbildung durch geschulte Trainer für Jugendliche und Erwachsene an. Ruderurse werden speziell im Frühjahr und Sommer durchgeführt.