

Infoblatt Anfängerkurs für Mädchen und Jungs

Ziel des Kurses ist es einen Einblick in den Rudersport zu bekommen, sowie Materialkunde und Bootskenntnisse kennen zu lernen. Es ist erforderlich, dass die Lektionen regelmässig besucht werden. Mädchen oder Jungs, welche sich nach dem Kurs weiter für den Rudersport interessieren, werden in die bestehenden Juniorengruppen integriert.

Kursdaten

| Donnerstag 18.00h | Samstag 09.00h |
|---------------------------------|-----------------------|
| 24.08.23 | 26.08.23 |
| 31.08.23 | 02.09.23 |
| 07.09.23 | 09.09.23 |
| 14.09.23 (Elterninfo 20.00h) | |

| | |
|------------------------------|--|
| Ort | Bootshaus Seeclub Richterswil |
| Alter | ab 12 Jahren |
| Ausrüstung | Zum Rudern eignen sich am besten anliegende Kleider. Zu jeder Lektion sollten Ersatz-Trainingskleider, Joggingsschuhe, Badekleider, Sonnenschutz, Trinkflasche, Duschmaterial, Regenschutz (je nach Witterung) mitgebracht werden. |
| Anmerkung | Die Lektionen finden bei jeder Witterung statt. Versicherung ist Sache der Teilnehmer (Eltern). |
| Kosten | Schulsportkurs Richterswil CHF 60.- Für alle anderen Teilnehmer CHF 200.- |
| Elterninfo | Der Info-Abend findet am Donnerstag, 14. September 2023 um 20 Uhr im Bootshaus statt. Hier wird der Seeclub Richterswil vorgestellt und das weitere Vorgehen nach dem Kurs aufgezeigt. |
| Herbst Trainingslager | In der Woche vom 9. – 13. Oktober 2023 wird ein Trainingslager stattfinden. Hier kann die Rudertechnik verbessert werden und täglich geübt werden. |
| Trainerteam | Peter Stierli / Adi Schmid |
| Leitung | Adi Schmid coach@seeclub-richterswil.ch 079 420 49 33 |