

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
22.08.24	24.08.24
29.08.24	31.08.24
05.09.24	07.09.24
12.09.24 (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, 12. September 2024 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 2024 wird ein Trainingslager stattfinden. Hier kann die Rudertechnik verbessert werden und täglich geübt werden.
Trainerteam	Fabio Messmer / Arman Weidenmann
Profitrainer	Adi Schmid coach@seeclub-richterswil.ch 079 420 49 33