



Trainingswochenende für Kinder

Wer?	Kinder U15, Anfänger mit grundlegender Rudererfahrung
Wo?	Bootshaus der Rudergesellschaft Lahnstein
Wann?	05.- 06.04.25 (Samstag 10 Uhr bis Sonntag 16 Uhr)
Kosten?	10€ Eigenanteil der Teilnehmer
Anmeldung bis	22.03.2025
bei	sportwart@ruderverband-rheinland.de (Judith Sopp/Stefan Kunz)

Die Überweisung des Eigenanteils auf folgende Bankverbindung gilt als Anmeldung:
IBAN: DE44 5705 0120 0001 0041 18 (Ruderverband Rheinland e.V.)
Betreff: Vorname Nachname (des TN) - Name des Vereins - Kinderwochenende

Was ist die Idee?

- Kennenlernen und Kontakte knüpfen mit Gleichaltrigen aus anderen Vereinen
- Rudern in verschiedenen Besetzungen in den verschiedenen Bootsklassen (Einer, Doppelzweier, Doppelvierer)
- Weiterentwicklung der Technik und Grundlagenausdauer
- Vernetzung der im Kinder- und Jugendbereich tätigen Ü-Leiter

Lahnstein hat ein ideales Ruderrevier für Anfänger mit einer überschaubaren Strecke ohne Strömung und mit sehr wenig Bootsverkehr. Boote sind für den Anfängerbereich ausreichend vorhanden.

Im Clubraum kann auf LuMas übernachtet und die Freizeit gemeinsam verbracht werden. Die Organisation, Verpflegung sowie eine durchgehende Aufsicht erfolgt durch den RVR. Da die Durchführung jedoch nicht ohne Hilfe aus den Vereinen gewährleistet werden kann und gleichzeitig der Austausch der Übungsleiter intensiviert werden soll, sollten diese - zumindest zeitlich begrenzt – am Trainingswochenende teilnehmen.

Hierfür wird es am **Samstag, 15.03.2025 um 10 Uhr** eine (digitale) Vorbesprechung der Verantwortlichen aus den teilnehmenden Vereinen geben, bei der der genaue Ablauf des Wochenendes besprochen wird.

Wir freuen uns auf eure Anmeldungen und stehen für Fragen gerne zur Verfügung.

Sportliche Grüße

Judith Sopp

Stefan Kunz