



Schnupperrudern für Erwachsene

Suchst Du einen Teamsport und hast Du Freude am Wasser?

Dann ist Rudern genau das Richtige für Dich!

Beim Schnuppern setzt Du Dich in ein stabiles Mannschaftsboot und machst eine kleine Rundausfahrt auf dem Obersee. Dabei übst Du schrittweise die Grundbewegung des Ruderns ein. Zudem lernst Du den Club und die verschiedenen Bootstypen kennen. Den ganzen Kurs hindurch wirst Du durch unsere ausgebildeten Ruder-Trainer*innen betreut.

Sa. 3. Sept. 2022 von 8:30 bis ca. 12:00 Uhr

(Ersatzdatum: So. 4. Sept. 2022 von 11:00 – ca. 14:30)

- Kosten: CHF 75 (wird an den RCRJ Grundkurs angerechnet)
- Kurssprache: Deutsch
- Kursort: Wassersportzentrum, Lidoplatz 20, 8640 Rapperswil
- Anmeldung: Mit Anmeldeformular an ruderkurs.breitensport@rcrj.ch
- Kontakt/Info: Marianne Naef, marianne.naef@rcrj.ch

**Ruderclub Rapperswil
Jona**

