



# Anmeldung Grundkurs 2026

## Personalien

Name	Beruf
Vorname	Geburtsdatum
Strasse, Nr.	E-Mail
PLZ, Ort	Telefon Mobil

## Details

Kosten: CHF 650.00 (CHF 75.00 vom Schnupperkurs werden angerechnet)

Kurszeiten: Freitag, 24. bis Sonntag, 26. April 2026 (Teil 1)  
Samstag, 09. und Sonntag, 10. Mai 2026 (Teil 2)  
Jeweils 8:30 - ca. 16:00 (oder gemäss Detailprogramm)

Anmeldefrist: 23. März 2026

max. Teilnehmerzahl 12 Personen

## Fitness- und Gesundheitszustand

Sicherheitserklärung:  Ich kann 300m im offenen Gewässer schwimmen.

Gesundheitszustand:  Ich bin gesund und fühle mich fit für den Ruderkurs.

Ich fühle mich fit für den Ruderkurs, habe aber leichte gesundheitliche Beschwerden/Krankheiten/Allergien (z.B. Asthma, Bienenstichallergie, Epilepsie, Rückenbeschwerden, etc.), die mich bei der Ausübung des Rudersports beeinträchtigen könnten. Diese werde ich nachfolgend kurz beschreiben.

Gesundheitliche  
Beschwerden/  
Krankheiten/ Allergien:

---

---

---

## Haftung und Versicherung

Haftungsausschluss:  Ich nehme zur Kenntnis, dass bei einem Unfall der RCRJ jeder Haftbarkeit entbunden ist.

Versicherung:  Ich nehme zur Kenntnis, dass ich als Kursteilnehmer/in nicht über den RCRJ versichert bin. Ich Sorge selber für eine ausreichende Versicherung (Haftpflicht mit integrierter Deckung von Schäden an Ruderbooten).

Bestätigung:  Ich habe die zusätzlichen Angaben unter „Allgemeine Hinweise“ gelesen und zur Kenntnis genommen.

Datenschutz-bestimmung  Ich bin mit der Datenschutzbestimmung des RCRJ für externe einverstanden.  
:

## Unterschrift

Ort, Datum

Kursteilnehmer/in

---

### Allgemeine Hinweise

Rudern ist eine äusserst gesunde Sportart. Dennoch ist es wichtig, dass die Kursleitung/Trainer über Ihren Gesundheitszustand informiert sind. Verschwiegene Angaben zu Deinem Gesundheitszustand (z.B. Asthma, Bienenstichallergie, Epilepsie, Rückenbeschwerden, etc.) bergen ein erhöhtes Risiko auf dem Wasser und können nicht nur Dich, sondern die ganze Bootsmannschaft in Gefahr bringen. Ehrliche und korrekte Angaben zu Deinem Gesundheitszustand sind deshalb von hoher Wichtigkeit! Bitte setze die Kursleitung/Trainer darüber in Kenntnis. Selbstverständlich werden alle Angaben vertraulich behandelt.

Die Anmeldung ist erst nach einer Bestätigung durch den Ruderclub definitiv. Das Bestätigungs-schreiben erfolgt nach Ablauf der Anmeldefrist. Die Kurskosten sind vor Kursbeginn mit dem zugesandten Einzahlungsschein zu begleichen.

Es wird gerudert, wenn es das Wetter erlaubt. Allenfalls werden Ersatztermine vereinbart.

Erwachsene: Nach dem Kurs kann dem Club beigetreten werden, wenn die Kursziele erreicht wurden. Die Instruktoeren entscheiden, ob diese erreicht sind, was normalerweise der Fall ist.

Nach erfolgreichem Absolvieren des Kurses erhält jede Teilnehmerin/jeder Teilnehmer ein Zertifikat. Dies bescheinigt die Teilnahme und ermöglicht den Eintritt in den RCRJ. Das Zertifikat wird auch von den meisten anderen schweizerischen Ruderclubs anerkannt. Der RCRJ würde sich freuen, wenn sich die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer danach für den Beitritt in den Club entscheiden würden. Dies ist Voraussetzung, um die Infrastruktur und Boote des Clubs mitbenutzen zu können. Weitere Informationen über den Beitritt zum RCRJ sowie über das Clubleben und weitere Aktivitäten werden im Kurs näher erläutert.

Clubmitglieder können alle Einrichtungen und Angebote des Clubs nach dessen Regeln benutzen.

Formular einsenden an: [ruderkurs.breitensport@rcrj.ch](mailto:ruderkurs.breitensport@rcrj.ch)