

Ruder Club am Lech Kaufering e. V.
Allgemeine Sporttermine in der Wintersaison 2018/19
gültig ab 06. Oktober 2018

Wochentag	Uhrzeit	Art des Trainings	Verantwortliche
Montag	18:00-20:00 Uhr	Jugendtraining	Korbinian/Axel
	17:00-19:00 Uhr	Kinder- und Jugendtr./Schnuppertraining	Axel/Korbinian
Dienstag	16:00 Uhr	Breitensport	
	19:00-21:00 Uhr	Senioren/Master Ergo-Training	Jan
	13:30-15:00 Uhr	Schulrudern	Ingolf
Mittwoch	16:00 Uhr	Breitensport	
	18:00-20:00 Uhr	Jugendtraining	Jens/Niklas
	9:00 Uhr	Breitensport	Bootsobleute
Donnerstag	18:00-20:00 Uhr	Jugendtraining	Korbinian/Axel
	20:00-21:30 Uhr	Senioren/Master Ergo-Training	Ingolf
Freitag	15:00-17:00 Uhr	Kinder- und Jugendtraining	Ingolf/Jens
	16:00 Uhr	Breitensport	
Samstag	15:00-17:00 Uhr	Breitensport / Allgemeiner Ruderbetrieb	Bootsobleute/Trainer
Sonn- und Feiertag	10:00-12:00 Uhr	Breitensport / Allgemeiner Ruderbetrieb	Bootsobleute/Trainer
Sonntag	ab 15:00 Uhr	Frauen-Achtertraining	Michael

Anmerkungen:

- ◆ Weitere Termine nach individueller Abstimmung mit Vorstand/Ruderwart/Übungsleitern
- ◆ Alle Ruderer finden sich **15 Minuten vor Trainingsbeginn** ein
- ◆ Die Einteilung erfolgt 5 Minuten vor Trainingsbeginn. Der **Obmann** trägt seine Mannschaft in das Fahrtenbuch ein
- ◆ Wünsche für die **Bootsbesetzung** und ein **Techniktraining** vor Einteilung äußern
- ◆ Laut Satzung besteht **Fahrverbot bei Dunkelheit**, d.h. alle Ausfahrten auf dem Lech finden nur statt, wenn diese vor Eintritt der Dunkelheit enden.
- ◆ **Die Bestimmungen der Ruderordnung in der Fassung vom Oktober 2018 sind ausnahmslos einzuhalten.**