

Ruderklub am Baldeneysee: Sportangebot Sommer 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Fit Mix 10:00 Gisa Willweber			Best-Ager 60+ 10:00 Gisa Willweber		Junioren WKE2 09:30	Allgemeiner Rudertreff 10:00
	U10 16:30		Junioren WKE2 16:45			
Kindertraining 17:15	Kindertraining 17:15	Kindertraining 17:15	Kindertraining 16:45	Kindertraining 16:45	Kindertraining 11:45	
	Rudertreff Fortgeschrittene 18:00 Horst Singer	Fitness Compact Kondition-Fitness-Fun 18:00 Dirk Koeberle	Fitness- und Funktionsgymnastik -Online-Angebot- 18:30 Susanne Willsch		Allgemeiner Rudertreff 14:00	
Fußball 19:00 Thomas Wichelhaus		Gymnastik 19:30 Wolfgang Müller	Rudertreff Fortgeschrittene 18:30 Ab 1. Juli Eckhard Rabe		Segeln Breitensport 14:00 Ab 3. Juli	
Rennrudertraining Junioren A/B und Senioren Nach Vereinbarung/Trainingsplan Thomas Wichelhaus / Lotta Buron						

Gäste sind zu allen Aktivitäten herzlich willkommen. Anmeldungen bei den jeweiligen Übungsleitern

Kontakt: info@rab-essen.de

Allgemeine Ansprechpartner: 1.Vors.: Horst-Werner Wollenweber 0151-12025923,
 Sportvorstand: Hauke Lorenzen 0176-23805433 Ruderwart: Andreas Fischer: 0178-9138015,

Interessierte Anfänger: Andreas Fischer; Hauke Lorenzen oder info@rab-essen.de.

Trainingsleitung Rennrudern: Thomas Wichelhaus 0177-7878532, Lotta Buron 0176-34511994

Kindertraining: Leon Siegel 0178-2181207

Fortgeschrittenentraining: Eckhard Rabe 0177-3080076, Horst Singer: 0171-6256824

Segeln: Ulrich Haase 0177-6420504

**Anfänger- und Aufbaukurstermine erfolgen
 über Onlinekalender
 Ansprechpartner: Andreas Fischer**