

ELMSHORNER



RUDER-CLUB

VON 1909 E.V.

**Terminplan
Rudersaison 2011**

Vorstand nach der Jahreshauptversammlung vom 10.11.2010

Vorsitzender Verwaltung

Peter Westphal
Alma-Mahler-Weg 7, 25335 Elmshorn
Tel: 04121 / 82437 0172 / 5959993
Mail: pepe.westphal@t-online.de

Vorsitzender Leistungssport

Jürgen Behm
Burdieckstraße 15a, 25335 Elmshorn
Tel: 04121 / 291226
Mail: behm-familie@gmx.de

Leiterin Freizeitsport

Angela Boldt-Schweiger
Tel: 04121 / 75975
in Zusammenarbeit mit Ilka Sahling
Tel: 04121/87614

Leiter Boots- und Fuhrpark

Joachim Jürgensen
Tel: 04121 / 78348
in Zusammenarbeit mit Tom Colbig
Tel: 04121/88487

Jugendleiter

Eike Schweiger
Holunderstr. 69, 25337 Elmshorn
Tel: 04121 / 75975
Mail: eike.erc@web.de

Vorsitzender Freizeitsport

Jürgen Roggensack
Heidmühlenweg 152a, 25337 Elmshorn
Tel: 04121 / 92717
Mail: juergen.roggensack@erc09.de

Vorsitzender Finanzen

Uwe Janzen
Timm Kröger Str. 32, 25336 Elmshorn
Tel: 04121 / 61816
Mail: janzen.elmshorn@t-online.de

Leiter Leistungssport

zur Zeit nicht besetzt

Leiter Gebäude und Grundstück

Thomas Kruse
Walfängerstr. 13, 25335 Elmshorn
Tel: 04121 / 88954
Mail: thomas@kruse-elmshorn.de

Ältestenrat

Hans Tonner
Harmen Kölln
Hermann Eggert

Ehrenvorsitzende

Klaus Steen Tel: 04121 / 93725
Thomas Maack Tel: 04121 / 85793

Jugendvorstand nach der Jugendversammlung vom 7.11.2010

Jugendruderwarte

Imke Schmidt Tel. 04121 / 74364
Ann-Katrin Jahn Tel. 04121 / 78450

Jugendschritfführer

Elaine Lindemann Tel. 04121 / 62765

Beisitzer

Morlyn Lindemann Tel. 04121 / 62765
Julius Ahrens Tel. 04121 / 794360

Elmshorner Ruder - Club von 1909 e. V.

Bootshaus: Wisch 30, 25336 Elmshorn
Telefon: 04121 / 94062

Mail: post@erc09.de
Internet: www.erc09.de

Bankkonto: 11 99 11 BLZ: 221 500 00 Sparkasse Elmshorn

Informationen zur Rudersaison 2011

Liebe Clubmitglieder,

auch 2011 kann das DRV Fahrtenabzeichen erworben werden. Die dafür erforderlichen und die bisher erreichten Kilometer (einschl. der Wanderfahrten) können im elektronischen Fahrtenbuch in einer gesonderten Tabelle laufend verfolgt werden.

An dieser Stelle möchten wir noch einmal darauf hinweisen, dass bei Fahrten auf die Elbe zur eigenen Sicherheit das Mitführen von Rettungswesten Pflicht ist. Da der ERC zur Zeit keine Rettungswesten zur Verfügung stellen kann, möchten wir alle Mitglieder bitten, sich selbst eine Rettungsweste anzuschaffen bzw. rechtzeitig vor Fahrtbeginn bei Vereinskameraden eine Weste auszuleihen.

Für Bootsreservierungen ist grundsätzlich vor Fahrtsantritt der dafür vorgesehene Vordruck auszufüllen und ans schwarze Brett im Bootshaus zu hängen. Die Eintragung ins elektronische Fahrtenbuch ersetzt den Vordruck nicht. Die Genehmigung für die Bootsreservierung kann gern telefonisch bei Angela eingeholt werden.

Kurz nach dem Anrudern findet wieder unser Ruderkurs für Jugendliche statt. Anmeldungen nehmen gerne Angela Boldt Schweiger, Ilka Sahling und Jürgen Roggensack entgegen. Wir wünschen uns tatkräftige Unterstützung durch zahlreiche Obleute, um den Kurs wieder erfolgreich durchführen zu können. Die Eltern der teilnehmenden Jugendlichen sind herzlich eingeladen, am Sonntag, dem 15. Mai, eine Schnupperfahrt zu machen.

Ruderinteressierte Erwachsene sind jederzeit herzlich willkommen, Termine können individuell vereinbart werden mit Jürgen Roggensack, Angela Boldt-Schweiger und Ilka Sahling.

Neu im Terminplan findet Ihr den "Sport zum Feierabend". Schwerpunktmäßig ist dieser Termin immer an einem Mittwoch um 18.00 Uhr. Sollte Rudern nicht möglich sein, findet Ergometer-Training statt. Interessierte sind herzlich willkommen. Nähere Informationen erteilt Peter Westphal.

Folgende Obleute haben sich für diese Saison bereit erklärt, an festen Wochentagen für den Ablauf des Ruderbetriebes verantwortlich zu sein:

Montag: Christa Inselmann, Telse Roggensack
Dienstag: Jürgen Roggensack
Mittwoch: Ilka Sahling, Eike Schweiger
Donnerstag: Susanne Kanitz, Angela Boldt-Schweiger
Freitag: Tom Colbig, Eike Schweiger

Diese Ansprechpartner sollen die Termine lediglich leiten und nicht dafür sorgen, dass genügend Obleute anwesend sind. Denn nur mit Unterstützung vieler Obleute können wir auch diese Saison einen reibungslosen Ablauf erreichen. Die Ruderwarte freuen sich über weitere Obleute, die den Ablauf des Ruderbetriebes unterstützen möchten und sich für einen Wochentag oder auch am Wochenende zur Verfügung stellen können.

Der Trainingsbetrieb findet neben dem allgemeinen Ruderbetrieb statt. Die Trainingsgruppe trifft sich in der Regel 15 Minuten vor dem allgemeinen Rudertermin.

Informationen zur Rudersaison 2011

Die Jugendrudertermine sind mittwochs und freitags und werden von jungen Obleuten geleitet. Selbstverständlich können die Jugendlichen auch die Rudertermine für Alle wahrnehmen.

Die Erfahrung der letzten Jahre hat gezeigt, dass am Wochenende auch ohne Ansprechpartner reger Ruderbetrieb herrscht. Es sind meistens genügend Obleute anwesend, die Mannschaften einteilen und niemanden an Land lassen.

Die Termine in den Ferien sind Terminvorschläge. Bitte sprecht Euch untereinander ab, damit Obleute zur Verfügung stehen.

Viel Spaß beim Rudern wünschen

Jürgen, Angela und Ilka

Hinweise

Am Sonntag, den 06. November, findet die Jugendversammlung und
am Mittwoch, den 09. November die Jahreshauptversammlung statt.

Weitere Informationen, aktuelle Termine und vieles mehr findet ihr unter:

www.erc09.de

Ruderkleidung

Der ERC bietet folgende Sportbekleidung an:

Ruderpullover, T-Shirts und Caps.

Bei Interesse wendet euch an Petra oder Peter Westphal (Tel. 82437).

21. ERC-FUN-ROWING-CAMP

vom 27. bis 29. Mai 2011

im Ferienlager des KSV Pinnebergs in Neukirchen bei Malente

Zum Inhalt des Camps gehören

Spiel ohne Grenzen - Sicherheitstraining - persönliche Technikausbildung - Rudern im Einer und Doppelzweier o. Stm. - Kenterübungen - Baden im Neukirchener See - Segeln in echten Segelbooten - Kanu fahren - Fußball, Tischtennis und Volleyball - und natürlich viel Spaß

Diese Veranstaltung sollte sich kein Neueinsteiger entgehen lassen!

Ruder - Highlights 2011

RVSH Damenwanderfahrt

Termin: 21. - 22. Mai
Leitung: Heida Benecke
Anmeldung nur unter:
rish.de/ruderverband/frauen/wanderfahrt/

21. ERC-Fun-Rowing-Camp

Termin: 27. - 29. Mai
Leitung: Eike Schweiger
Mindestalter: ohne
Teilnehmer: ideal für Neueinsteiger
Kosten: noch nicht bekannt

Pfingstwanderfahrt auf der Elbe

Termin: 11. - 13. Juni
Leitung: noch nicht bekannt
Anmeldung: bis 06. Juni
Mindestalter: 14 Jahre
½ Jahr Rudererfahrung

Herrenwanderfahrt Havelberg - Elmshorn

Termin: 14. - 21. Juni
Leitung: Dieter Inselmann

Lehrwanderfahrt auf die Elbe für Erwachsene

Termin: 19. Juni
Leitung: Jürgen Roggensack

Wanderfahrt Travemünde Elmshorn

Termin: 03. - 08. Juli
Leitung: Joachim Jürgensen

Ferienfreizeit im ERC

Termin: 15. - 19. Juli
Leitung: Eike Schweiger
Mindestalter: ohne
Teilnehmer: ideal für Neueinsteiger
Kosten: noch nicht bekannt

MuKi Tagesfahrt

Termin: 23. Juli u. 03. September
Leitung: Birgit Kruse

Jugendwanderfahrt auf der Saar

Termin: 24. - 29. Juli
Leitung: Eike Schweiger
Yannick Sahling
Tom Colbig
Mindestalter: 14 Jahre und mindestens
100 geruderte Kilometer 2011
Kosten: noch nicht bekannt

Sommerwanderfahrt auf der Mosel

Termin: 29. Juli - 06. August
Leitung: Eike Schweiger
Yannick Sahling
Tom Colbig
Mindestalter: 16 Jahre und mindestens
100 geruderte Kilometer 2011
Kosten: noch nicht bekannt

SHRJ Wochenendzeltlager am Plöner See

Termin: 02. - 04. September
Leitung: Eike Schweiger
Anmeldung nur unter:
www.rish.de/ruderjugend/zeltlager/
Mindestalter: 1 Jahr Rudererfahrung
Kosten: noch nicht bekannt

Barkenwanderfahrt auf dem Main

Termin: 04. - 11. September
Leitung: Jürgen Weimann

Damenwanderfahrt auf der Eider

Termin: 26. - 30. September
Leitung: Christa Inselmann
Angela Boldt-Schweiger

Zusätzliche Fahrten

werden
auf der Homepage www.erc09.de veröffentlicht,
am Schwarzen Brett im Bootshaus ausgehängt oder
im Bootshaus abgesprochen.

Rudertermine 2011

Tag	Datum	Hochwasser Elmshorn		Alle	Jugend	MuKi	Damen	Besonderes
Mo	28. Mrz	11:25	23:54					
Di	29. Mrz		12:50					
Mi	30. Mrz	01:22	14:18					Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	31. Mrz	02:40	15:26					
Fr	01. Apr	03:36	16:10					
Sa	02. Apr	04:14	16:42	15:00				
So	03. Apr	04:48	17:13					Anrudern um 14:00 Uhr
Mo	04. Apr	05:23	17:44	16:00			16:00	
Di	05. Apr	05:55	18:12	16:00				
Mi	06. Apr	06:25	18:40	16:30	16:30		16:30	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	07. Apr	06:56	19:11	17:00		18:00		
Fr	08. Apr	07:30	19:44	18:00	18:00			
Sa	09. Apr	08:05	20:16	18:00				
So	10. Apr	08:39	20:48					S-H rudert
Mo	11. Apr	09:17	21:32					
Di	12. Apr	10:15	22:40		09:00			
Mi	13. Apr	11:37	00:08					Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	14. Apr		13:07					
Osterferien								
Fr	15. Apr	01:33	14:25	12:30				
Sa	16. Apr	02:43	15:26	13:30				Die Termine in den Ferien sind
So	17. Apr	03:39	16:16	14:00				Terminvorschläge. Bitte spricht
								Euch untereinander ab,
Mo	18. Apr	04:30	17:02	15:00			15:00	damit Obleute zu den Terminen
Di	19. Apr	05:19	17:47	16:00				vor Ort sind.
Mi	20. Apr	06:07	18:30	16:30			16:30	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	21. Apr	06:54	19:13	17:00		18:00		
Fr	22. Apr	07:40	19:55	18:00				Karfreitag
Sa	23. Apr	08:26	20:37	18:00				Osterfeuer ab 19:00 Uhr
So	24. Apr	09:11	21:21	19:00				Ostersonntag
Mo	25. Apr	10:00	22:13	09:00				Ostermontag
Di	26. Apr	10:59	23:20	10:00		09:00		
Mi	27. Apr	12:13	00:38	10:00				Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	28. Apr		13:33	11:30				
Fr	29. Apr	01:53	14:40	12:30				
Sa	30. Apr	02:51	15:26	13:30				Regatta Lübeck 30. April / 01. Mai
So	01. Mai	03:33	16:01	aufgestaut	10/14/16	Uhr		Familienrudertag

Rudertermine 2011

Tag	Datum	Hochwasser		Alle	Jugend	MuKi	Damen	Besonderes
		Elmshorn						
Mo	02. Mai	04:10	16:35	16:00			16:00	
Di	03. Mai	04:49	17:10	16:00			04. Mai Sport zum Feierabend 18:00 Uhr	
Mi	04. Mai	05:27	17:43	16:00			16:00 Ruderkurs für Jugendliche 15:30	
Do	05. Mai	06:01	18:15	16:00			Ruderkurs für Jugendliche 16:00	
Fr	06. Mai	06:35	18:49	17:00			Ruderkurs für Jugendliche 16:30	
Sa	07. Mai	07:13	19:25	17:30			Ruderkurs für Jugendliche 17:30	
So	08. Mai	07:52	20:02	18:00			Regatta Bremen 07./ 08. Mai	
Mo	09. Mai	08:32	20:41	18:30	Labskaus-Essen		19.30 Uhr, Treffen 18:00 Uhr zum Rudern	
Di	10. Mai	09:17	21:27	19:00		09:00		
Mi	11. Mai	10:12	22:27				Sport zum Feierabend 19.30 Uhr	
Do	12. Mai	11:21	23:43					
Fr	13. Mai	12:38						
Sa	14. Mai	01:00	13:50	12:00				
So	15. Mai	02:08	14:50	13:00			Abschluss des Ruderurses mit Eltern 13:00 Uhr	
Mo	16. Mai	03:08	15:44				14:00	
Di	17. Mai	04:05	16:36	16:00		15:00		
Mi	18. Mai	05:00	17:24	16:00	16:00		16:00 Sport zum Feierabend 18:00 Uhr	
Do	19. Mai	05:50	18:08	16:00				
Fr	20. Mai	06:37	18:51	17:00	17:00		Leeranerinnen zu Besuch 20. - 22. Mai	
Sa	21. Mai	07:24	19:35	17:30			RVSH Damenwanderfahrt 21./ 22. Mai	
So	22. Mai	08:10	20:18	18:00				
Mo	23. Mai	08:55	21:01	19:00			19:00	
Di	24. Mai	09:39	21:47	19:30		09:00		
Mi	25. Mai	10:28	22:40				Sport zum Feierabend 20:00 Uhr	
Do	26. Mai	11:25	23:43					
Fr	27. Mai	12:30					21. ERC-Fun-Rowing-Camp	
Sa	28. Mai	00:50	13:36	12:00			Neukirchen	
So	29. Mai	01:53	14:30	12:30			27. - 29. Mai	
Mo	30. Mai	02:45	15:15				14:00	
Di	31. Mai	03:31	15:57			15:00		
Mi	01. Jun	04:16	16:38	16:00	16:00		16:00 Sport zum Feierabend 18:00 Uhr	
Do	02. Jun	04:59	17:16	15:00			Himmelfahrt	
Fr	03. Jun	05:39	17:54	16:00	16:00			
Sa	04. Jun	06:20	18:33	16:30			Regatta Allermöhe 04./ 05. Juni	
So	05. Jun	07:01	19:12	17:00				

Rudertermine 2011

Tag	Datum	Hochwasser		Alle	Jugend	MuKi	Damen	Besonderes
		Elmshorn						
Mo	06. Jun	07:42	19:51	18:00			18:00	
Di	07. Jun	08:26	20:33	18:30				
Mi	08. Jun	09:13	21:21	19:30			19:30	Sport zum Feierabend 19:00 Uhr
Do	09. Jun	10:06	22:16	20:00		09:00		
Fr	10. Jun	11:05	23:20					
Sa	11. Jun	12:09	00:30	10:00				Pfingstwanderfahrt auf der Elbe 11. - 13. Juni
So	12. Jun		13:15	11:00				Pfingstsonntag
Mo	13. Jun	01:38	14:18	12:00				Pfingstmontag
Di	14. Jun	02:43	15:17					15. Juni MuKi Kaffee und Kuchen
Mi	15. Jun	03:46	16:12	16:00	16:00	15:00	16:00	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	16. Jun	04:45	17:06	16:00				Herrenwanderfahrt
Fr	17. Jun	05:37	17:51	16:00	16:00			Havelberg - Elmshorn 14. - 21. Juni
Sa	18. Jun	06:23	18:34	16:30				Landesmeisterschaft Segeberg 18./ 19. Juni
So	19. Jun	07:08	19:17	17:00				Lehrwanderfahrt auf die Elbe
Mo	20. Jun	07:53	19:58	18:00	18:00		18:00	
Di	21. Jun	08:33	20:37	18:30				
Mi	22. Jun	09:11	21:16	19:00			19:00	Sport zum Feierabend 19:00 Uhr
Do	23. Jun	09:49	21:57	20:00				Deutsche Jahrgangsmeisterschaften
Fr	24. Jun	10:31	22:44	20:00		09:00		U17, U19, U23 Brandenburg
Sa	25. Jun	11:22	23:42	09:30				23. - 26. Juni
So	26. Jun	12:23		10:30				Erbeerrudern 10:30 Uhr
Mo	27. Jun	00:48	13:27					
Di	28. Jun	01:53	14:27					
Mi	29. Jun	02:52	15:20				14:00	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	30. Jun	03:46	16:08	16:00		15:00		Bundeswettbewerb
Fr	01. Jul	04:36	16:53	16:00	16:00			München
Sa	02. Jul	05:22	17:36	16:00				30. Juni - 03. Juli
So	03. Jul	06:07	18:19	16:00				

Sommerferien

Mo	04. Jul	06:50	19:00	17:00		18:00	17:00	Wanderfahrt
Di	05. Jul	07:31	19:39	17:30				Travemünde - Elmshorn 03. - 08. Juli
Mi	06. Jul	08:13	20:20	18:30			18:30	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	07. Jul	09:00	21:08	19:00				
Fr	08. Jul	09:50	22:01	20:00				Die Termine für Alle in den
Sa	09. Jul	10:43	22:58	09:00				Ferien sind Terminvorschläge.
So	10. Jul	11:40	00:04	10:00				

Rudertermine 2011

Tag	Datum	Hochwasser		Alle	Jugend	MuKi	Damen	Besonderes
		Elmshorn						
Sommerferien								
Mo	11. Jul	12:45		10:30				
Di	12. Jul	01:16	13:54	12:00				
Mi	13. Jul	02:29	15:00	14:00			14:00	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	14. Jul	03:36	15:59	14:00		15:00		Muki Geburtstagsparty
Fr	15. Jul	04:35	16:52	15:00				Ferienfreizeit im ERC
Sa	16. Jul	05:26	17:38	15:30				15. - 19. Juli
So	17. Jul	06:10	18:19	16:00	Die Termine für Alle in den Ferien sind Terminvorschläge. Es gibt keine gesonderten Jugendtermine. Rudern ist in			
Mo	18. Jul	06:51	18:58	17:00		18:00	17:00	Absprache mit Obleuten möglich.
Di	19. Jul	07:30	19:35	17:30				
Mi	20. Jul	08:04	20:09	18:00			18:00	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	21. Jul	08:36	20:42	18:30				
Fr	22. Jul	09:08	21:17	19:00				
Sa	23. Jul	09:41	21:53	19:30		09:30		MuKi Tagestour
So	24. Jul	10:20	22:40	20:00				
Mo	25. Jul	11:14	23:44	10:00				
Di	26. Jul	12:23		10:30				
Mi	27. Jul	01:01	13:38	11:30				Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	28. Jul	02:16	14:46	12:30				Jugendwanderfahrt auf der Saar
Fr	29. Jul	03:21	15:44	14:00		15:00		24. - 29. Juli
Sa	30. Jul	04:17	16:33	14:30				
So	31. Jul	05:06	17:19	15:00				
Mo	01. Aug	05:51	18:02	16:00			16:00	Sommerwanderfahrt auf der Mosel
Di	02. Aug	06:34	18:43	16:30		18:00		29. Juli - 06. August
Mi	03. Aug	07:14	19:22	17:30			17:30	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	04. Aug	07:55	20:04	18:00				
Fr	05. Aug	08:39	20:51	19:00				
Sa	06. Aug	09:26	21:42	19:30				
So	07. Aug	10:15	22:37	09:00				
Mo	08. Aug	11:10	23:42	10:00				
Di	09. Aug	12:19		10:00		10:00		
Mi	10. Aug	01:01	13:37	11:30				Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	11. Aug	02:23	14:51	13:00				
Fr	12. Aug	03:33	15:52	14:00				
Sa	13. Aug	04:29	16:40	14:30				
So	14. Aug	05:14	17:22	15:00				

Rudertermine 2011

Tag	Datum	Hochwasser		Alle	Jugend	MuKi	Damen	Besonderes
		Elmshorn						
Mo	15. Aug	05:53	18:00	16:00			16:00	
Di	16. Aug	06:29	18:36	16:30				
Mi	17. Aug	07:01	19:07	17:00	17:00	18:00	17:00	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	18. Aug	07:30	19:38	17:30				
Fr	19. Aug	07:58	20:10	18:00	18:00			
Sa	20. Aug	08:29	20:42	18:30				
So	21. Aug	08:59	21:13	19:00				
Mo	22. Aug	09:31	21:51					
Di	23. Aug	10:17	22:50			09:00		
Mi	24. Aug	11:27	23:13					Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	25. Aug		12:53					
Fr	26. Aug	01:42	14:15					
Sa	27. Aug	02:59	15:20	aufgestaut	10/14/16	Uhr	Hafenfest /	Feuerwerksrudern n. Abspr.
So	28. Aug	03:58	16:12	14:00				Ruder-Bundesliga in HH
Mo	29. Aug	04:46	16:57	16:00			16:00	
Di	30. Aug	05:29	17:39	16:00				
Mi	31. Aug	06:11	18:22	16:30	16:30	18:00	16:30	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	01. Sep	06:52	19:04	17:00				
Fr	02. Sep	07:33	19:48	18:00	18:00			SHRJ-Wochenendzeltlager
Sa	03. Sep	08:16	20:34	18:30		09:30		am Plöner See
So	04. Sep	09:00	21:23					02. - 04. September
Mo	05. Sep	09:47	22:16					03. September MuKi Tagestour
Di	06. Sep	10:42	23:23			09:00		Barkenwanderfahrt auf dem Main
Mi	07. Sep	11:55						04. - 11. September
Do	08. Sep	00:46	13:21					Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Fr	09. Sep	02:16	14:43					
Sa	10. Sep	03:29	15:42	14:00				
So	11. Sep	04:18	16:24	14:30				E.ON Hanse Cup Rendsburg
Mo	12. Sep	04:54	16:59	16:00			16:00	
Di	13. Sep	05:28	17:35	16:00				
Mi	14. Sep	06:00	18:09	16:00	16:00		16:00	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	15. Sep	06:30	18:40	16:30				
Fr	16. Sep	06:58	19:10	17:00	17:00	18:00		Zwiebelkuchenrudern und Laterne
Sa	17. Sep	07:26	19:41	17:30				
So	18. Sep	07:55	20:13	18:00				

Rudertermine 2011

Tag	Datum	Hochwasser		Alle	Jugend	MuKi	Damen	Besonderes
		Elmshorn						
Mo	19. Sep	08:26	20:44					
Di	20. Sep	08:56	21:18			09:00		
Mi	21. Sep	09:37	22:13					Sport zum Feierabend 19:00 Uhr
Do	22. Sep	10:44	23:36					
Fr	23. Sep	12:13						
Sa	24. Sep	01:10	13:42	12:00				Norddt. Meisterschaft Allermöhe
So	25. Sep	02:33	14:52	13:00				24. - 25. September
Mo	26. Sep	03:34	15:45				14:00	Damenwanderfahrt auf der Eider
Di	27. Sep	04:21	16:31	16:00				26. - 30. September
Mi	28. Sep	05:03	17:15	16:00	16:00	16:00	16:00	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	29. Sep	05:44	18:00	16:00				
Fr	30. Sep	06:27	18:46	16:30	16:30			
Sa	01. Okt	07:11	19:33	17:30				
So	02. Okt	07:54	20:19					
Mo	03. Okt	08:37	21:06			09:00		MuKi Frühstück 11:00 Uhr
Di	04. Okt	09:22	21:58					
Mi	05. Okt	10:17	23:03					Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	06. Okt	11:29	00:26					
Fr	07. Okt		12:56					
Sa	08. Okt	01:55	14:20	12:30				Abrudern 11:00 Uhr
So	09. Okt	03:08	15:20	13:30				

Herbstferien								
Mo	10. Okt	03:55	15:58	14:00			14:00	
Di	11. Okt	04:26	16:31	14:30				
Mi	12. Okt	04:56	17:06	15:00			15:00	Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	13. Okt	05:29	17:42	15:30				
Fr	14. Okt	06:01	18:15	16:00				Die Termine in den Ferien sind
Sa	15. Okt	06:30	18:46	16:30				Terminvorschläge. Bitte spricht
So	16. Okt	06:59	19:18					Euch untereinander ab,
Mo	17. Okt	07:30	19:52					damit Obleute zu den Terminen
Di	18. Okt	08:02	20:25					vor Ort sind.
Mi	19. Okt	08:35	21:02					Sport zum Feierabend 18:00 Uhr
Do	20. Okt	09:15	21:54					
Fr	21. Okt	10:16	23:08	10:00				
Sa	22. Okt	11:38	00:37	10:00				
So	23. Okt		13:04	11:00				

Sa 29. Okt 06:04 18:29 16:30

Kürbisrudern

Ruderkurs für Jugendliche

(ab 11 Jahren)

Rudern ist nicht schwer und kann in jedem Alter erlernt werden. Es gehört zu den gesündesten Sportarten überhaupt mit unmittelbarem Kontakt zur Natur direkt vor den Toren Elmshorns. Für alle interessierten Sportfreunde bieten wir Ruderkurse zum Kennen lernen des Rudersports und unseres Vereins an. Da die Krückau ein tidenabhängiger Fluss ist, richten sich die Termine nach dem Hochwasser.

Die Kurse finden auf dem Gelände des Ruder-Clubs, Wisch 30, statt. Spezielle Ruderbekleidung ist nicht erforderlich. Entsprechend der Wetterlage sind unempfindliche Sportbekleidung, -schuhe und ggf. Regenzeug mitzubringen.

Mi.	04.05.	15:30 - ca. 18:30
Do.	05.05.	16:00 - ca. 18:30
Fr.	06.05.	16:30 - ca. 19:00
Sa.	07.05.	17:30 - ca. 19:30
So.	15.05.	13:00 - Abschluss Ruderkurs

Zum Abschluss des Ruderkurses sind alle Eltern herzlich eingeladen auch ins Boot zu steigen und eine Schnupperfahrt mitzumachen. Nach dem Rudern wollen wir noch gemeinsam grillen und gemütlich zusammensitzen.

Die Teilnahmegebühr beträgt € 15,00.

Anmeldung und Info:
Jürgen Roggensack - Tel. 9 27 17
Angela Boldt-Schweiger - Tel. 7 59 75
Ilka Sahling - Tel. 2 42 06
oder Mail Ruderkurs@erc09.de

Familien-Rudertag am 1. Mai

ab 10.00 Uhr

Spiel, Spaß, Rudern, Grillen, gemütliches Beisammensein
und vieles mehr

Alle Mitglieder, Freunde und Bekannte des Ruderclubs, sowie interessierte Gäste
sind herzlich eingeladen!
