



Elmshorner Ruder-Club von 1909 e.V.

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

Der ERC beteiligt sich in diesem Jahr erneut an der Aktion des Landessportverbandes und bietet für alle ein interessantes Sportangebot an:

Jeder Teilnehmer
erhält
ein T-Shirt!

Familien in Bewegung

Teilnehmen können alle, ob gemeinsam oder einzeln:

Mutter, Vater, Kind, Großeltern, Enkel,
Familien, Lebensgemeinschaften und Partner

- Rudern stärkt den Gemeinschaftssinn
- knüpft neue Kontakte zu anderen Familien
- führt zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch
- verbessert die motorischen Grundfertigkeiten wie Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft
 - und macht jede Menge Spaß

• So. 13.05.	13:30 Uhr	• Sa. 30.06.	16:30 Uhr
• So. 27.05.	13:30 Uhr	• So. 25.08.	14:00 Uhr
• So. 02.06.	17:00 Uhr	• So. 09.09.	14:30 Uhr
• So. 10.06.	11:30 Uhr	• So. 23.09.	14:00 Uhr
• Sa. 16.06.	16:30 Uhr	• So. 07.10.	13:00 Uhr

Teilnahmegebühr: Erwachsene 10 EUR, Kinder ab 10 Jahren 5 EUR je Einzeltermin / Kurs: Erwachsene 50 EUR, Kinder 25 EUR (wird bei Eintritt in den ERC auf den Beitrag angerechnet). Kostenfrei für ERC-Mitglieder!

Anmeldung und weitere Informationen:

Angela Boldt-Schweiger 75975
Jürgen Roggensack 92717
Silke Henicke 438430
Petra und Peter Westphal 82437

www.erc09.de

