



Elmshorner Ruder-Club von 1909 e.V.

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

Der ERC beteiligt sich in diesem Jahr an der Aktion „Familien in Bewegung“ des Landessportverbandes und bietet ein interessantes Sportangebot an:

Jeder Teilnehmer
erhält
ein T-Shirt!

Familien in einem Boot

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. 19.05	15:30 Uhr	• So. 01.09	16:30 Uhr
• So. 02.06	14:00 Uhr	• So. 08.09	10:00 Uhr
• So. 16.06	14:00 Uhr	• So. 15.09	15:30 Uhr
• So. 11.08	11:00 Uhr	• So. 29.09	15:30 Uhr
• Sa. 17.08	16:30 Uhr	• So. 06.10	09:30 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:

Axel Wagner 01705514699
Jürgen Roggensack 92717
Silke Henicke 438430
Petra und Peter Westphal 82437
www.erc09.de post@erc09.de

