

## 24 – Stunden – Ergometer – Challenge



20. bis 21. März

16 bis 16 Uhr

Wir laden zur großen Jubiläums - Challenge ein!

Die Challenge ist für **Jung und Alt** und jeder Ruderer darf 30 Min. Ergometer fahren. Unser Ziel ist, dass das Ergo niemals still steht. Wer dabei noch die Bestzeit seiner Alterklasse errudert, bekommt einen Preis. Die Schnellsten ehren wir am Samstag nach dem großen Staffelfinale bei Kaffee und Kuchen um **16 Uhr**.

Die Sparkasse Elmshorn wird die Veranstaltung mit 1€ pro gefahrenem Kilometer unterstützen. Anstrengen lohnt sich!

Das Rahmenprogramm bilden Billiard-, Tischkicker- und Dartturniere, sowie Singstar und Co. oder ein paar lustige Filme. Auch das Anfeuern, Klönen und nette Beisammensein bei leckerem Essen kommt nicht zu kurz.

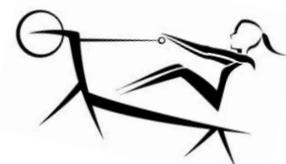
Hierfür suchen wir noch fleißige Helfer, sei es fürs Kuchenbacken, Brötchen liefern, Wurst grillen oder Kaffee kochen...

Anmeldungen bitte **bis zum 19. März** in die Liste am schwarzen Brett im Bootshaus oder per Mail an [finja.westphal@erc09.de](mailto:finja.westphal@erc09.de) mit eurer Wunschzeit. (es sind auch Gruppenanmeldungen möglich)

Wer mag darf natürlich auch mehrfach starten. Für Ruderer, die während der *Happy Hour* starten, gibt es zusätzlich noch ein cooles extra Gadget.

Wir freuen uns auf viele Anmeldungen und sportliche, lustige 24 Stunden.

Der Jugendvorstand



1	16:00
2	16:30
3	17:00
4	17:30
5	18:00
6	18:30
7	19:00
8	19:30
9	20:00
10	20:30
11	21:00
12	21:30
13	22:00
14	22:30
15	23:00
16	23:30
17	00:00
18	00:30
19	01:00
20	01:30
21	02:00
22	02:30
23	03:00
24	03:30
25	04:00
26	04:30
27	05:00
28	05:30
29	06:00
30	06:30
31	07:00
32	07:30
33	08:00
34	08:30
35	09:00
36	09:30
37	10:00
38	10:30
39	11:00
40	11:30
41	12:00
42	12:30
43	13:00
44	13:30
45	14:00
46	14:30
47	15:00
48	15:30