

Trainingsangebote Sommer 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					Nach Absprache Kinder- und Juniorenttraining Rudern DF: Peter Schüler Marie Beinert Valentin Zech	Nach Absprache Kinder- und Juniorenttraining Rudern DF: Peter Schüler Marie Beinert Valentin Zech
					10:30 Uhr Freies Training Paddeln DF: Rainer Lösel	10:30 Uhr Freies Training Paddeln DF: Rainer Lösel
	16:30 Uhr Kinder- und Juniorenttraining Rudern DF: Peter Schüler Marie Beinert Valentin Zech	17:00 Uhr Kinder- und Juniorenttraining Rudern DF: Peter Schüler Marie Beinert Valentin Zech	16:30 Uhr Kinder- und Juniorenttraining Rudern DF: Peter Schüler Marie Beinert Valentin Zech	Nach Absprache Kinder- und Juniorenttraining Krafttraining DF: Peter Schüler Marie Beinert Valentin Zech	14:00 Uhr Freies Training Rudern DF: Ruth Anda	
18:00 - 19:00 Uhr Jugendtraining (u.a. Fußball) Ernst-Reuter-Schule Rumpenheim DF: Valentin Zech Manuel Winter	16:30 - 17:30 Uhr Kindertraining 1 - 3 Jahre Karl-Schwab-Saal DF: Amanda Michel	18:00 Uhr Krebspatiengruppen Sana Klinikum Ketteler Klinikum Rudern DF: Ruth Anda Manuela Damm		18:00 Uhr Freies Training Rudern DF: Ruth Anda		
18:30 - 19:45 Uhr Frauengymnastik / -aerobik Uhlandschule in Bürgel DF: Ruth Anda		18:00 Uhr Freies Training Rudern DF: Ruth Anda				

Außerhalb des Jugendtrainings können die Erw. die Trainingshalle nutzen! / Außerhalb des Freien Trainings können Mannschaften rudern!