

RUDERN

für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene

- Übungsleiter:** Rudercoaches des Rudervereins Donau Linz
- Zeit:** ab 6. Mai, Mittwoch 18:00 - 20:00
- Ort:** Gelände des Rudervereins Donau Linz, Heilhamerweg 2, 4040 Linz
(bei der Eisenbahnbrücke, Nähe Gasthaus Lindbauer)
- Gruppen:** **KursNr 410:** max.12 Teiln. im EinsteigerInnenkurs
KursNr 411: max.12 Teiln. im Fortgeschrittenenkurs
- Kosten:** 18 € Uni bis 30 / 27 € Uni über 30 / 36 € Andere

Für alle, die Interesse an einer ganzkörperlichen Livetime-Sportart im Team mit anderen haben, bietet dieses Angebot genau das Richtige. Sie lernen die Faszination einer gruppendynamischen sportlichen Betätigung in Kombination mit unserer schönen Landschaft aus dem Blickwinkel des großen Donauströms kennen.

Lehrgang für EinsteigerInnen (KNr 410)

Gestartet wird in einer der schönsten Ruderbeckenanlagen Europas, sozusagen im „Trockenen“. Sobald es die Witterung zulässt und die Rudertechnik beherrscht wird (vermutlich ab Ende Mai), wechseln wir auf die Donau und in die Boote.

Kurs für Fortgeschrittene (KNr 411)

Dieser Kurs richtet sich an USI-KursteilnehmerInnen aus früheren Jahren oder Personen, die schon bei anderen Gelegenheiten praktische Erfahrungen mit dem Rudern erworben haben. Dieser Kurs startet sofort mit dem Training im Boot.

Erfahrene Vereinsbetreuer vermitteln alle Kenntnisse, die für diese schöne Sportart notwendig sind.

Für leistungssportlich Interessierte besteht am Ende des Kurses die Möglichkeit sich von den Top-Athleten des Vereins über Rudern als Wettkampfsport begeistern zu lassen. Jenen, die lieber die Geselligkeit in den Vordergrund stellen, steht ein großes Breitensportangebot mit anderen Ruderinteressierten zur Verfügung.

In Zusammenarbeit mit dem Ruderverein:

EKRV Donau Linz Rudern
4040 Linz, Heilhamerweg 2
Telefon +43 732 736250
rudern@donaulinz.com
www.donaulinz.com

