



CRV-WINTER 2020/2021 gültig ab 26.10.2020

	WANN?	FÜR WEN?	ANGEBOT?	WO?	WER?
Mo	14:00-16:00	MSS-Ruderkurs LiHi	Rudern / Ergo- & Konditionstraining	Bootshaus KH	Xaver Rohmer
	19:00-21:00	Mitglieder „65+“	Fitness- & Konditionstraining	Bootshaus KH	Xaver Rohmer
Di	13:00-15:00	Ruder-AG Stama	Rudern / Ergo- & Konditionstraining	Bootshaus KH	Andrè Gruber
	18:00-19:30	Erwachsene & Masters	Ergo-, Konditions- & Krafttraining	Bootshaus KH	Reiner Freund, Christoph Senske
	19:30-21:00	Trainingsgruppe	Krafttraining	Bootshaus KH	Axel Horbach
Mi	17:00-18:00	Alle Kinder & Jugendliche	Ballspiele	Turnhalle Kleistschule	Axel Horbach, Andrè Gruber
	19:00-21:00	Erwachsene / Masters	Fitness- & Konditionstraining	Bootshaus KH	R.Born-Baumgärtner, A. Iturri
Do	16:00-17:30	Junioren C	Rudern	Bootshaus NH / See	Axel Horbach
	17:30-19:00	Trainingsgruppe	Krafttraining	Bootshaus KH	Annette Iturri
	19:00-20:30	Erwachsene & Masters	Ergo / Konditions- & Krafttraining	Bootshaus KH	Annette Iturri, Florian Sturm
Fr	15:00-17:00	Kinder & Jugendliche	Rudern / Konditionstraining	Bootshaus KH	Sara May
	18:15-19:15	Junioren C	Konditions- & Krafttraining	Bootshaus KH	Eva Gött
	19:14-20:45	Trainingsgruppe	Krafttraining	Bootshaus KH	Axel Horbach
Sa	10:30-12:30	Trainingsgruppe & Junioren C, Jugendliche	Rudern	Bootshaus NH / See	Axel Horbach, Annette Iturri
Sa	10:20-12:30	Trainingsgruppe	Rudern	Bootshaus NH / See	Axel Horbach
	10:30-12:30	Erwachsene & Masters	Rudern	Bootshaus NH / See	A.Iturri, R. Born-Baumgärtner

Kommt nur zum Training wenn Ihr Euch fit und gesund fühlt !

Bitte bei allen Terminen die aktuellen Corona-Verordnungen beachten !!! Insbesondere die Personenbegrenzung bei den IndoorTerminen !

Bei Fragen,& Anregungen :

Bootshaus KH

0671/41418

Ruth Born-Baumgärtner (sport@crv1876.de)

0671/ 97077588

Bootshaus NH / See

06758/803476

Annette Iturri (leistungssport@crv1876.de)

015755242525 (SMS, WhatsApp, Signal, Anrufe bitte nur abends)