



NORDSCHLESWIGSCHER RUDER - VERBAND

OSTER-TRAININGSLAGER IN HADERSLEBEN

Vom Mittwoch 27.-Sonntag 31. März 2024

- **Meldeschluss 25.März 2024** bei Kenneth Drexel kenneth.drexel@gmail.com
- **Boottransport in Absprache mit Kenneth Drexel tlf. 24 658 258**
- **Das Trainingslager beginnt am 25. März um 16:00 mit dem Aufrigen**
- **Das Trainingslager endet am 31. März um 11:00 Uhr**
- Hin- und Rückreise muss man selber organisieren
- Teilnehmerbeitrag: DKK 500 für den gesamten Zeitraum oder DKK 100 Pro Tag
- Zu zahlen bei Beginn des Trainingslagers an Kenneth Drexel
- Verpflegung: Im Beitrag enthalten
- Übernachtung: Im Bootshaus
- Mitzubringen ist: Schlafsack, Verpflegung für Mittwochnachmittag, Ruderzeug
- Die Teilnehmerliste mit genaueren Informationen wird nach Meldeschluss an alle Teilnehmer verschickt

Wer kann mit?

Jungen/Mädchen (ab 11 Jahre), Junioren A/B, Senioren, Masters

die trainieren wollen, können an dem Trainingslager teilnehmen. Ziel des Trainingslagers ist die konditionelle und technische Grundlage für die kommende Saison zu bilden. Weiterhin sollte die Mannschaftsbildung im Vordergrund stehen. Das heißt das Trainingslager ist insbesondere wichtig für **alle** Regattaruderer (auch Masters) und solche die es werden möchten.

Falls noch Fragen vorhanden sind, so könnt ihr mich unter unten stehende Adresse erreichen.

Gruß Kenneth und Chris