

Termine Gruppenanfängerkurse Rudern 2010

Anfängerkurs 1a, Woche 4 – Woche 13

AFK 1a-10, Montag 18.00-19.30 Uhr
(25.1./1.2./8.2./15.2./22.2./1.3./8.3./15.3./22.3.)

Achtung Sportferien am 15.2.10 und 22.2.10!

Anfängerkurs 1b, Woche 4 – Woche 13

AFK 1b-10, Mittwoch 7.00-8.30 Uhr
(27.1./3.2./10.2./17.2./24.2./3.3./10.3./17.3./24.3./31.3.)

Achtung Sportferien am 17.2.10 und 24.2.10!

Anfängerkurs 2, Woche 15 – Woche 24

AFK 2-10, Montag 18.00-19.30 Uhr
(12.4./19.4./26.4./3.5./10.5./17.5./24.5./31.5./7.6./14.6.)

Anfängerkurs 3, Woche 15 – Woche 24

AFK 3-10, Mittwoch 7.00-8.30 Uhr
(14.4./21.4./28.4./5.5./12.5./19.5./26.5./2.6./9.6./16.6.)

Anfängerkurs 4, Woche 31 – Woche 40

AFK 4-10, Montag 18.00-19.30 Uhr
(2.8./9.8./16.8./23.8./30.8./6.9./13.9./20.9./27.9./4.10.)

Anfängerkurs 5, Woche 31 – Woche 40

AFK 5-10, Mittwoch 7.00-8.30 Uhr
(4.8./11.8./18.8./25.8./1.9./8.9./15.9./22.9./29.9./6.10.)

Ort

Bootshaus vom Ruderclub Zürich, Mythenquai 87, 8002 Zürich

Bekleidung

Turnschuhe, eng anliegende Kleider, keine Taschen oder weite Kleider am Bauch,
bei Bedarf Mütze und dünne Handschuhe

Preise

Gruppenkurs CHF 400.00 (pro Woche 1 Lektion à je 1,5 Stunden in einer Gruppe
von 8 - 10 Teilnehmern, mindestens 8 Lektionen in 10 Wochen)

Jeder Teilnehmer muss schwimmen können!

Wie weiter?

Kurs aussuchen und anmelden via e-mail: rz@cyberlink.ch

Bitte Name, Adresse, Telefonnummer Handy und e-mail Adresse angeben!

Mit freundlichen Grüßen

Heike Dynio