Informationsblatt Grundausbildung Rudern

Ruderschule Ursel Romer

Tel: 079 654 08 73

rudern@urselromer.ch

Ruderschule Ursel Romer

Ausbildungsstruktur Grundausbildung Rudern: Basiskurs, Aufbaukurs 1 und Aufbaukurs 2

Basiskurs Basiswissen zur Rudertechnik und zum Bootshandling. Einwassern/ auswassern der Boote, ablegen und anlegen am Steg. Kommandos und Verhalten an Land sowie auf dem Wasser. Basiswissen zum Rudermaterial und zur Bootspflege. (8 Doppellektionen à 100min.)

Aufbaukurs 1 Vertiefung der Rudertechnik, das Boot zum Gleiten bringen. Vertiefung Bootshandling und Kommandos sowie Steuern und Manöver.
(8 Doppellektionen à 100min.)

Aufbaukurs 2 Verantwortung im Boot übernehmen, sichere Ausfahrten planen und durchführen, Wetterkunde. Das Rudermaterial kennen und sachgerecht nutzen. (8 Doppellektionen à 100min.)

Ausfahrten Der Kursinhalt wird vorzugsweise im Gig-Boot (breites Rennruderboot) mit 5 Plätzen vermittelt und geübt. Im Boot rudern 4 Kursteilnehmer:innen und die Kursleiterin

Kursleitung Ursel Romer

Ort Ruderclub Zürich, Mythenquai 87, 8002 Zürich

Kursdaten nach Absprache

Kleidung Der Witterung angepasst. Enge Kleidung ist vorteilhaft (T-Shirt, Sporthose, Socken, ev. Windschutz, Kopfbedeckung und Sonnenbrille). Handtuch und Kleider zum Wechseln für nach dem Training.

Witterung Der Kurs findet bei jeder Witterung statt. Sind Ausfahrten nicht möglich wird an Land geübt (Rudermaschine, Theorie, Wetterkunde, Bootshandling)

Material Bootmaterial sowie Schwimmwesten werden vom Ruderclub Zürich zur Verfügung gestellt. Über die Bootswahl entscheidet die Kursleiterin.

Teilnahmebedingungen - Fähigkeit min. 300m im freien Wasser schwimmen zu können
- koordinative und physische Grundfähigkeit den Rudersport auszuüben
- abgeschlossene Haftpflichtversicherung die Personenschäden und
 Sachschäden deckt (inklusiv Obhutsschäden an Rennruderbooten)
- abgeschlossene Nichtbetriebsunfallversicherung
- freier Kursplatz
- bezahltes Kursgeld

Kosten Basiskurs: 576.- pro Person zahlbar vor Kursbeginn
Aufbaukurs 1 und 2: je Kurs 576.- pro Person zahlbar vor Kursbeginn

Annulation bis 14 Tage vor Kursbeginn: Rückerstattung 50% der Kurskosten. Danach ist der volle Betrag geschuldet. Einzelne Lektionen werden nicht erstattet.

Haftung Die Ruderschule Ursel Romer haftet ausschliesslich gemäss der gesetzlichen Haftung. Weiterführende Haftungsansprüche können nicht geltend gemacht werden.

Anmeldetalon

Ruderschule Ursel Romer

Tel: 079 654 08 73

rudern@urselromer.ch

Kontaktdaten

Name

Vorname

Strasse/Nummer

Postleitzahl/Ort

Mobile-Nummer

E-Mail-Adresse

Hiermit melde ich mich für folgenden Ruderkurs an

* Basiskurs Kursbeginn:
* Aufbaukurs 1 Kursbeginn:
* Aufbaukurs 2 Kursbeginn:

Kurskosten: CHF 576.- je Modul, zahlbar im Voraus

Ort: Ruderclub Zürich, Mythenquai 87, 8002 Zürich

Kursleitung: Ursel Romer

Ich nehme zu Kenntnis, dass im Rudersport Personen- und Sachschäden entstehen können. Die Haftung regelt das Schweizerische Haftpflichtgesetzt. Um mich vor Forderungen zu schützen verfüge ich über eine Haftpflichtversicherung welche Personenschäden und Sachschäden abdeckt. Diese Versicherung deckt auch Obhutsschäden an Rennruderbooten.

Name meiner Versicherungsgesellschaft:

Policennummer Haftpflichtversicherung:

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, mindestens 300m im freien Wasser schwimmen zu können. Ich bestätige, dass ich über eine Haftpflichtversicherung für Personen- und Sachschäden verfüge welche auch Obhutsschäden an Rennruderbooten deckt. Zudem bestätige ich gegen Nichtbetriebsunfälle versichert zu sein. Ich halte mich an die Anweisungen der Kursleiterin und achte die Verhaltensregeln des Ruderclub Zürich. Ich behandle das Material, welches mir im Kurs zur Verfügung steht, mit grösster Sorgfalt. Ich bin damit einverstanden, dass meine Kontaktdaten dem Ruderclub Zürich übermittelt werden dürfen.

Ort/Datum

Unterschrift