

RUDERKURS 2023 FÜR JUGENDLICHE

Hast du gerne Wasser und Lust auf eine Sportart draussen in der Natur, dann ist Rudern vielleicht **Dein** neuer Sport.

Zielpublikum: Jugendliche zwischen 11 und 17 Jahren

Wo: Bootshaus Ruderclub Thun,
Lachenweg 8, 3604 Thun

Vorkenntnisse: Du musst den Wassersicherheits-Test bestanden haben oder 300m ohne Unterbruch schwimmen können.

Kosten: 80.- (am ersten Kurstag mitbringen oder per TWINT).

Mitnehmen: enganliegende, wetterangepasste Sportbekleidung, Ersatzkleider, Turnschuhe, eine gefüllte Trinkflasche.
(Sicherheitswesten werden vom Ruderclub zur Verfügung gestellt).

Wann: Es gibt 2 Kurse

Mittwoch-Kurs 16:30 - 18:30
ab 23.08.23 – 25.10.23

Samstag-Kurs 9:00 - 11:00
ab 26.08.23 – 28.10.23

Anmeldung: Mail an aast@gmx.ch, Teilnehmerzahl beschränkt. Bei weniger als 3 Teilnehmern wird der Kurs nicht durchgeführt.

Weitere Infos: Andrea Thomi wird eure Fragen gerne beantworten. aast@gmx.ch, 076 570 57 33



ANMELDUNG

Name, Vorname: _____

Adresse: _____

Geburtsdatum: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Der Unterzeichnende bestätigt:

- Teilnehmer kann 300m Schwimmen oder bestandener Wassersicherheitstest
- Versicherungen ist Sache der Teilnehmer

Datum: _____ Unterschrift Jugendlicher: _____ Unterschrift Eltern: _____