

DER RUDERCLUB SCHIEDER LÄDT EIN:



# ROWING BOOTCAMP

**PROGRAMM: 1-EN  
am Tag Rudern,  
Freeletics  
Power-Yoga  
gemeinsames  
essen.**

Du bist 14 bis 25 Jahre alt und willst in eine spannende Sportart abseits des Fußballs & Co. eintauchen und dich im Team ausprobieren? Dann bringen wir dir das Rudern bei.

**ANMELDUNG  
bis 31.08.2019**

**06-08 | SEPTEMBER | 2019**

**FREITAG NACHMITTAG BIS SONNTAG MITTAG**

Fussball zu mainstream?  
Crossfit zu indoor?  
Laufen zu lame?

Mir reicht's, ich geh jetzt Rudern  
Nachricht an uns, Bootcamp buchen und wir zeigen dir an  
einem Wochenende wie es geht. Ganz in deiner Nähe.

<http://www.ruderclub-schieder.de/index.php/kontakt.html>

[rkschieder@yahoo.de](mailto:rkschieder@yahoo.de)