



RUDER-CLUB SAAR 1885 e.V.

Der Vorstand

RUDER-CLUB SAAR 1885 e.V. Hindenburgstr. 65 66119 Saarbrücken

Hallentraining für die Mitglieder des RCS

Du vermisst den Geruch von Turnmatten und Schweiß?
Du möchtest nochmal das Geräusch von Trillerpfeifen hören?
Du denkst an das schöne Gefühl, wenn die Muskeln brennen und der Ausdauerzirkel noch vier Stationen hat?
Du möchtest nochmal das Lachen und die Freude bei Sportspielen erleben?

Komm zum Hallentraining!

Wir bieten ein Training für alle an, die sich im Winter gemeinsam mit anderen fit halten möchten.

Im Mittelpunkt des Trainings stehen: Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Teamfähigkeit.

Die Inhalte des Trainings sind: Laufspiele, Fangspiele, Ballspiele und Zirkel.

Erwartet werden Hallenschuhe und Sportkleidung.

Wo: Halle Günter Wöhe-Schulen, Kellergeschoß, Treffpunkt Innenhof der Schule, Vorstadtstraße 36, 66117 Saarbrücken

Wann: Montags, 18 Uhr – 20 Uhr

Termine: ab 11.01.2015

Anmeldung: Carsten Hebenthal, e-mail: hebenthal@t-online.de



RUDER-CLUB SAAR 1885 e.V. Hindenburgstraße 65 D-66119 Saarbrücken

1. Vorsitzender Karsten Bach 2. Vorsitzende Olaf Schultz, Klaus Schirra

Bankverbindung : Konto 73146003 BANK 1 SAAR BLZ 591 900 00

Telefon : 0681/5 41 61 Telefax 0681/ 584 60 86 Vereinsregister VR 2850 AG Saarbrücken

E-Mail : rudern@rcsaar.de und tennis@rcsaar.de Homepage : www.rcsaar.de