



Trainingszeiten Winter 2018/19

gültig ab 21.11.18

	Leistungsgruppe	Jugend	Breitensport	U30	2. WKE	Schulrudern	Belegung des Ruderbeckens
Montag		16-17:30 h	8:30 h Rudern 18:30 h Kraftraum				
Dienstag	16-19 h		17-18:30 h Halle 18:30-20 h Halle	18:30-20 h	19-20:30 h		16-17 h (Dohnke) 17-18 h (Halasy)
Mittwoch	18-19 h (nur Ergo)	16:30-18 h				15-16:30 h	15-16:30 h (Schule) 17-18 h (Dohnke)
Donnerstag		17-18:15 h		18:30-20 h	19-20:30 h		
Freitag	16:30-19 h	17-18:30 h				15-16:30 h	15-16:30 h (Schule)
Samstag			Rudern nach Verabredung				
Sonntag							

Kontakt: Brigitte Haller Breitensport b.haller@rgh-heidelberg.de
 Falk Hößler Leistungsgruppe f.hoessler@rgh-heidelberg.de
 Robert Schmidt Jugend r.schmidt@rgh-heidelberg.de

