

Ruderfortbildung 2011

Techniklehrgang des Ruderverband Rheinland



Am Stausee in Niederhausen

Niederhausen, Sonntag, 11. September 2011

Zu einer Technikausbildung fanden sich sechs NRG-Mitglieder Mitte September am Nahe-Stausee in Niederhausen ein. Dort erwartete sie Ralf Börder vom Ruderverband Rheinland mit diversen Trainingseinheiten auf dem Wasser und an Land. Im Lehrgang ging es vor allen Dingen darum, erworbene Kenntnisse und Fertigkeiten aufzufrischen und zu verbessern; dies schwerpunktmäßig auch die eigene Rudertechnik betreffend. Das hat viel Spaß gemacht und brachte einige neue Erkenntnisse für den Ruderbetrieb zuhause.

Leider hat das Wetter nicht immer den verdienten Sonnenschein geliefert. Wie man auf dem Foto sehen kann, mußten die Teilnehmer auch lernen, auch mal mit feuchten Klamotten auszukommen.

Die Teilnehmer (von links): Christine Kloos, Volker Trümper, (?), Annette Trümper, Jürgen Kloos, Darius Odrosek, Guido Wolf, Ralf Börder (RVR).

Foto: Guido Wolf