

**Uhrzeit****Treffpunkt****Kontakt****Training im Sommer (Typischerweise Wochen in der Sommerzeit)**

Dienstags	Offenes Erwachsenenrudern - Breitensport	19:00 Uhr	Vereinsheim	Dirk Voss
Mittwochs	Alt-Herren Rudern	18:30 Uhr	Vereinsheim	Werner Greiten Dirk Voss
Samstag	Offenes Rudern	14:00 Uhr	Vereinsheim	Dirk Voss
Jederzeit	Offenes Rudern nach Absprache	Nach Absprache	Vereinsheim	Dirk Voss

**Training im Winter (Typischerweise Wochen in der Winterzeit)**

Dienstags	Zirkeltraining als Wintertraining	19 Uhr	Sporthalle Matthias-Claudius-Schule	Dirk Voss
Mittwochs	Treffen der Alt-Herren am Vereinsheim zum Walken, Joggen oder Ergometer fahren	18:30 Uhr	Vereinsheim	Werner Greiten Dirk Voss
Samstag	Offenes Rudern	14 Uhr	Vereinsheim	Dirk Voss
Jederzeit	Offenes Rudern nach Absprache	Nach Absprache	Vereinsheim	Dirk Voss