

# Siegburger Ruder-Verein 1910 e.V.

Wahnbachtalstraße 15, 53721 Siegburg (<http://www.siegburger-ruderverein.de>)

Winter-Plan 2019/2020

Breitensport-Termine	Ruder-Termine	Hallen-Termine
Montag, 18:00 Uhr - Walken (Edda - Parkplatz Stallberg - Rothenbach)		
		Dienstag, 16:45 Uhr - Senioren(-innen) (Inge - Halle D (kleine Halle) Berufsschule Zange)
Event-Tag ( * s.u.)		Dienstag, 17:30 Uhr - Fitness/Workout für Alle (Inge - Halle D (kleine Halle) Berufsschule Zange)
		Dienstag, 17:30 bis 19:30 Uhr - Jugend (Eliane - Halle D Berufsschule Zange)
Mittwoch, ab 18:00 Uhr - Hanteln Damen + Sonst. (Edda - SRV)		
		Mittwoch, 17:00 bis 18:30 Uhr - Jugend bis 16 J. (Heiner - Halle A Berufsschule Zange)
Donnerstag, 17:30 Uhr - Walken (Felicia - Parkplatz Stallberg - Rothenbach)		Mittwoch, 18:30 bis 20:30 Uhr - ab 16 J. (Heiner - Halle A Berufsschule Zange)
Donnerstag, 19:00 Uhr - Hanteln Oldies (Boris - SRV)		Mittwoch, 20:00 bis 22:00 Uhr - Fußball (Stephan - Halle A Berufsschule Zange)
	Freitag, 11:00 Uhr SRV (Inge - Erwachsene)	
	Freitag, 15:00 Uhr - Kinder/Jugend (Eliane - SRV)	
	Sonntag, 10:00 Uhr - Erwachsene (Holger, Burkhard - Erwachsene)	

Über die oben genannten Regel-Termine finden über den Winter zusätzliche Aktionen bzw. Events statt - hierzu bitte Home-Page und Newsletter beachten:

\* Wir starten mit 5 Terminen Class-Rowing auf dem Ergo (jew. Dienstag, 19.11.2019 bis 17.12.2019 Beginn 19:00 Uhr mit Niklas)