



Das Sportrudern

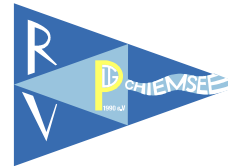
ist der schönste und gesündeste Breiten-sport zwischen Himmel und Wasser, gleichermaßen geeignet für Jugendliche ab 11 und Erwachsene bis 99 Jahren.

In schlanken Booten auf bewegtem Wasser mit dem Rücken zur Fahrtrichtung entwickelt der Ruderer einen ausgeprägten Gleichgewichts- und Orientierungssinn. Der spezielle Bewegungsablauf beim Rudern mit Rollsitzen fördert Ihre Koordinationsfähigkeit. Technisch gutes Rudern beansprucht den ganzen Körper bei Schonung der Gelenke. Es stärkt Ihren Rücken. Im Einer an der eigenen Rudertechnik zu arbeiten, im Mannschaftsboot gemeinsam den Gleichklang des Ruderschlags zu optimieren, dabei auf Boot und Welle abzustimmen, haben jeweils ihren ganz eigenen Reiz und schärft Ihre Sinne.

Frühmorgens oder abends bei freundlichem Wetter gemeinsam mit anderen auf unserem See ein lohnendes Ziel anzusteuern, kann aber auch einfach nur entspannen und Spaß machen.



Der Verein



Der Ruderverein Prien am Chiemsee von 1990 e.V. ist aus dem Schülerruderverein des Ludwig-Thoma-Gymnasiums hervorgegangen.

In unserem Bootshaus bei der Stippelwerft stehen den mittlerweile 200 Mitgliedern 25 Boote vom Einer bis zum Vierer für Ausfahrten auf dem Chiemsee, Regatten und Wanderfahrten auf Seen und Flüssen in nah und fern zur Verfügung.

Unsere Schwerpunkte liegen bisher in der Förderung des Jugendruderns und dem Erwachsenenbreitensport. Jedes Mitglied kann dabei seine Vorlieben entwickeln und eigene Akzente setzen.

Wollen Sie mehr über uns erfahren, schauen Sie nach in www.rvprien.de



Ruderkurs Anfänger

werden jeweils im Frühjahr, Sommer und Herbst angeboten. Die Anmeldeformulare mit weiteren Angaben finden Sie umseitig.

Erfahrene Übungsleiter werden Sie mit Bootskunde, Rudertechnik und Ruderkommandos bekannt machen, und mit Ihnen das Rudern im Mannschaftsboot üben. Im Verlauf des Kurses können Sie auch erste Erfahrungen im Einer sammeln. Haben Sie Lust, bei Ruderfahrten des Vereins mit zu machen, erhalten Sie in diesem Kurs die Kenntnisse dazu.

Mitgliedern bietet der Verein Aufbaukurse an, die sie dann zum eigenverantwortlichen Rudern befähigen.

Um die Griffe der Skulls und Riemen, so heißen unsere Ruder, frei führen zu können, tragen wir bevorzugt eng anliegende flexible Sportkleidung ohne offene Taschen. Zum Fixieren der Füße in den Schlaufen des Stembrettes eignen sich leichte Sportschuhe mit schmalen flachen Sohlen.

Ruderverein Prien a. Chiemsee von 1990 e.V.

www.rvprien.de

Ruderkurs Anfänger

am RVP-Bootshaus, Seestr. 133, 83209 Prien (Stippelwerft)

Teilnehmen kann jeder geübte Schwimmer, bei dem keine gesundheitlichen Bedenken gegen die Sportausübung bestehen.

Kursgebühr: 90,00 EUR bzw. 30,00 EUR für Schüler und Jugendliche bis 18 Jahren. Die Zahlung erfolgt ausschließlich durch Erteilung einer Einzugsermächtigung. Bei Beantragung der Vereinsmitgliedschaft kann die Kursgebühr mit der Aufnahmegebühr verrechnet werden.

Verbindlich anmelden können Sie sich **nur schriftlich** mit diesem Formular **bis fünf Tage vorher**.

- an Faxnummer 08051 9659023,
- per EMail an: m-kuehnel@t-online.de,
- per Post an: Matthias Kühnel, Moosweg 20, 83209 Prien (Tel. 08051 61126).

Mit erfolgter Abbuchung gilt die Teilnahme als bestätigt.

Die jährlich wechselnden Termine finden Sie unter www.rvprien.de/termine.htm

Ich möchte teilnehmen:			einen gewünschten Termin ankreuzen
Frühjahr	montags und donnerstags	18:00 - 19:30 Uhr	<input type="checkbox"/>
Sommer	montags und donnerstags	18:00 - 19:30 Uhr	<input type="checkbox"/>
Herbst	montags und donnerstags	17:00 - 18:30 Uhr	<input type="checkbox"/>

Name, Vorname:	
Anschrift:	
Geburtsdatum:	
E-Mail:	
Telefon Festnetz:	
Telefon mobil:	
Gesetzl. Vertreter (bei Minderjähr.):	

Ort, Datum

Unterschrift (bei Minderjährigen des gesetzlichen Vertreters)

Hiermit ermächtige ich den Ruderverein Prien a. Chiemsee von 1990 e.V. die Kursgebühr von 90,00 / 30,00 EUR einmalig und widerruflich vor Kursbeginn von meinem Konto abzubuchen.

Konto-Nr.	BLZ	Name der Bank
Kontoinhaber		

Ort, Datum

Unterschrift Kontoinhaber

Vorsitzender: Martin Aufenanger – Am Herrnberg 110 – 83209 Prien a. Ch. – Tel.: (0 80 51) 9 62 96 90

Stellv. Vors.: Sylvia Simoneit – Schloßstr. 12a – 83112 Wildenwart – Tel.: (0 80 51) 6 13 77

Schatzmeister: Manfred Löhmann – Rübzahlweg 66 – 83209 Prien a. Ch. – Tel.: (0 80 51) 45 97

Vereinsregister Traunstein – Reg.-Nr. 40 879

Email: vorstand@rvprien.de