




SCHNUPPERTAG

EMDER RUDERVEREIN

mit anschließendem Grillen 

Rudern

Einführung und eine Fahrt im Ruderboot

Ergometer

Indoortraining zum Ausprobieren

Krafttraining

Kraftsport im Gym des Vereins



17. APRIL

15:30-18UHR

Alter: 9-14Jahre
Ohne Anmeldung

Kesselschleuse 1, 26725 Emden

