



Wintertraining MRC-Jugend 2020/2021 (gültig ab 26.10.2020)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Jg. 2000-2006	17:00 Fitness LI NB (JB, KB)		17:30 Kraft LI JB (JD, KB, NB)	18:30 Ergo, Gymnastik AR JB, JD	16:30 Kraft LI, anschl. Joggen JB (JD, KB, NB)	10:00 Rudern AR AL, JB, JD, KB 15:00 Rudern AR JB, KB	10:00 Rudern AR AL, JB, JD, KB
Jg. 2007-2009			16:00 Fitness LI NB (FH, OR)		18:00 Joggen LI KB, NB, OR,	14:30 Rudern AR NB, OR	
Schüler UGM						10:30 Rudern AR NB, JB	

Übungsleiter:

AL Andreas Lutz	0176-39689815
FH Fabian Hanpft	0178-1832650
JB Johannes Breitenbach	0160-97502217
JD Jan Dehoust	0176-10350985
KB Kurt Bauder	0173-3797851
NB Nicola Blumenröder	0179-4245044
OR Oliver Rabelt	0176-30382121