

**Ruderkurse 2024**

Wir freuen uns, dich bald mit im Boot zu haben!

Der Frühaufsteherkurs und der Wochenkurs für Anfänger:innen richten sich an Erwachsene jeden Alters, welche die Grundlagen der Rudertechnik und das Bootshandling erlernen möchten. Da die Kurse modular aufgebaut sind, müssen jeweils **alle Kursdaten** besucht werden.

Die Kurse finden bei jedem Wetter statt. Sollte das Rudern witterungsbedingt trotzdem nicht möglich sein, wird das Training an Land durchgeführt.

**Frühaufsteherkurs**

**Kursort:** Bootshaus Seeclub Luzern, Alpenquai 33, Luzern

**Kursdaten:** Montag 27. Mai 06.00 – 07.45 Uhr

Mittwoch 29. Mai 06.00 – 07.45 Uhr

Montag 03. Juni 06.00 – 07.45 Uhr

Donnerstag 06. Juni 06.00 – 07.45 Uhr

Montag 10. Juni 06.00 – 07.45 Uhr

Donnerstag 13. Juni 06.00 – 07.45 Uhr

Montag 17. Juni 06.00 – 07.45 Uhr

Donnerstag 20. Juni 06.00 – 07.45 Uhr

**Wochenkurs**

**Kursort:** Bootshaus Seeclub Luzern, Alpenquai 33, Luzern

**Kursdaten:** Dienstag 09. Juli 07.30 – 12.00 Uhr

Mittwoch 10. Juli 07.30 – 12.00 Uhr

Donnerstag 11. Juli 07.30 – 12.00 Uhr

Freitag 12. Juli 07.30 – 12.00 Uhr

**Voraussetzung:** 300m am Stück Schwimmen (dies wird mit der

Unterschrift auf der Anmeldung bestätigt)

**Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmer:innen

**Kosten:** Fr. 480.- / Bei Erhalt der Kursbestätigung zu überweisen.

**Bei kurzfristigen Abmeldungen verrechnen wir einen Unkostenbeitrag von Fr. 100.-!**

**Kursadministration:** Barbara Müller [barbara.mueller@seeclub-luzern.ch](mailto:barbara.mueller@seeclub.ch)

**Anmeldetalon**

Name / Vorname: ………………………………………………….………………………………………

Adresse / PLZ / Ort: ………………………………………………………………………………………

Geburtsdatum: ………………………………………………………………………………………………

Handy Nr.: …………………………………………………………………………………..…………………

E-Mail: ……………………………………………………………………………………………………………

Datum/Unterschrift: ………………………………………………………………………………………

*Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich 300m am Stück schwimmen kann.*

*(Die Anmeldung wird nur mit handschriftlicher Unterschrift akzeptiert!)*

**Ich möchte mich für folgenden Kurs anmelden:**

Frühaufsteherkurs

Wochenkurs

**Die Anmeldung ist verbindlich und wird in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt!**

Bitte per Email an: [barbara.mueller@seeclub-luzern.ch](mailto:timon.wernas@seeclub-luzern.ch) versenden

oder per Post: Seeclub Luzern  
 z.Hd.v. Barbara Müller

Alpenquai 33

6005 Luzern