

Sportplan 2026 Sommer

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag		Freitag	Samstag	Sonntag	
08:30 Uhr							Leistungsgruppe* <i>Timm Kraus</i>		
09:00 Uhr									
09:30 Uhr									
10:00 Uhr									
10:30 Uhr									
11:00 Uhr							Klönschnackrudern <i>Gunnar Lövenich</i>		
11:30 Uhr									
12:00 Uhr									
12:30 Uhr									
13:00 Uhr									
13:30 Uhr									
14:00 Uhr								Leistungsgruppe* <i>Timm Kraus</i>	
14:30 Uhr									
15:00 Uhr									
15:30 Uhr									
16:00 Uhr	Kinder- & Jugendgruppe <i>Bjarne Zielke</i>	Leistungsgruppe* <i>Timm Kraus</i>	Kinder- & Jugendgruppe <i>Bjarne Zielke</i>	Allg. Rudern <i>Hauschildt</i>	Leistungsgruppe* <i>Timm Kraus</i>		Kinder- & Jugendgruppe <i>Bjarne Zielke</i>		
16:30 Uhr									
17:00 Uhr									
17:30 Uhr									
18:00 Uhr	Erwachsene <i>Damian Wriedt</i>						Allg. Rudern <i>Hauschildt</i>	U23 & Erwachsene <i>R. Horns</i>	Erwachsene <i>Damian Wriedt</i>
18:30 Uhr									
19:00 Uhr									
19:30 Uhr			Erwachsene <i>Dagmar Mortzfeld</i>						
20:00 Uhr									
20:30 Uhr									

Ansprechpartner: Sportwart (sportwart@segeberger-ruderclub.de)

*Diese Zeiten sind unter Vorbehalt und das Training erfolgt nur nach Absprache mit Timm

Hinweis: Bitte den Bootsbenutzungsplan beachten.