

## Die VHS Düsseldorf bietet mit dem WSVD einen Schnupperkurs Rudern an

**Eine Anmeldung ist nur über die VHS Düsseldorf  
möglich, die Termine sind:**

Freitag, 20.03. und 27.03, 17.00 - 19.00 Uhr, Einführung in das  
Rudern und Rudern im Hafenbecken

Samstag, 21.03. und 28.03., Sonntag, 22.03. 10.00 - 12.00 Uhr  
Rudern im Hafenbecken \*

Sonntag, 29.03, 10.00 - 13.00 Uhr Abschlussfahrt \*

Anmeldeschluss: 22. März, Kosten: 95,- EUR (Ermäßigungen nach  
VHS-Bedingungen), Veranstaltungsnummer: U766010 (Sport)

An zwei Wochenenden lernen Sie die Grundzüge des Ruderns, den  
WSVD und das Rudern auf dem Rhein kennen. Die Boote stellt der  
Verein, Sie müssen nur sicher Schwimmen können. U766010

Sie lernen das Rudern gemeinsam in Mannschaftsbooten auf  
ruhigem Wasser und mit erfahrenen Ausbildern-Innen. \*Der Kurs  
findet bei jedem Wetter statt, bei schlechtem Wetter im Ruderbecken,  
nach Absprache können wir eine zusätzliche Praxiseinheit anbieten,  
wenn die Wetterbedingungen kaum Praxis im Boot erlauben.

Der Kurs endet mit einer Abschlussfahrt auf dem Rhein. \* Zusammen  
mit erfahrenen Ruderern/innen und für alle die regelmäßig  
teilgenommen haben, wenn die Wetter- und Wasserbedingungen  
dies zulassen. Nach Abschluss des Schnupperkurses bilden wir Sie  
als Mitglied natürlich weiter aus.

**Treffpunkt ist die Bootshalle des WSVD unterhalb der Terrasse vom „Haus  
am Rhein“, Rotterdamer Str. 40. Bitte bringen Sie bereits zur ersten Stunde  
Sportbekleidung und Turnschuhe mit und zu den folgenden Terminen an  
das Wetter angepasste Sportbekleidung.**

**Fragen an die VHS Düsseldorf oder an [Thiele@wsvd.de](mailto:Thiele@wsvd.de)**

