

Bitte nutzt für euer individuelles Training freie Zeiten, damit es nicht zu voll wird.

Wochentag	Uhrzeit	Ruderbecken	Kraftraum	Ergoraum/Gymnastik
Montag	ganztägig	frei	frei	frei
Dienstag	16.00 - 18.00	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen
	18.00 - 19.00	WSVD Erwachsene	Erwachsene / Masters	Erwachsene / Masters
	19.00 - 20.30	RCGD Erwachsene	Erwachsene / Masters	Erwachsene / Masters
Mittwoch	16.00 - 18.00	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen
	18.00 - 19.00	WSVD Family, Friends	frei	WSVD Family, Friends
	19.00 - 20.00	frei	Thomas Kühl Frauen	Thomas Kühl Frauen
	20.00 - 21.30	frei	Yachtabteilung	Yachtabteilung
Donnerstag	16.00 - 18.00	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen
	18.00 - 19.00	WSVD Erwachsene	Erwachsene / Masters	Erwachsene / Masters
	19.00 - 20.30	Benrather RG	Erwachsene / Masters	Erwachsene / Masters
Freitag	16.00 - 18.00	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen
Samstag	9.00 - 13.00	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen	Kinder / Junior*Innen
	14.00 - 15.30	RCGD Kinder	Masters	Masters
Sonntag	9.00 - 11.00	Junior*Innen	Junior*Innen	Junior*Innen
	11.00 - 12.30	Masters	Masters	Masters

	Räume reserviert für andere Rudervereine
	Räume sind ausschließlich für die genannten WSVD-Gruppen reserviert
	Bitte auf Trainingsgruppen Rücksicht nehmen
	Nur bei schlechtem Wetter, wenn Training auf dem Wasser nicht möglich, bitte Rücksicht