



# Wintertraining 2018/19

---



**Sonntags ab 9h30 Bootshaus**

**Sportliches Rudern nach Absprache**

Markus Patschke, Tel. 0160-90808368

---

**Montags 17h30 Mittelrheinhalle**

**Hallentraining für Jugendliche und Erwachsene**

Gäste und Freunde willkommen!

Info: Andrea Schleis und Markus Patschke

