



Mannheimer  
Ruder-Verein  
**Amicitia** e.V.

## **Termine der Freizeitgruppe Winter 2009/2010**

### **Trainingsprogramm Wintersaison (ab 31. Oktober 2009)**

Dienstags 19.30 Uhr Hallentraining im Lessing ab 3.11. (Org. Holger Lohse, Carolin Kühn, Olaf Berke)  
Samstags 14.00 Uhr Rudertraining ab. 31.10. (Org. Matthias Rentrop)  
Donnerstags 19.00 Uhr Krafraum, Ergo oder Lauffreff (für alle ohne Org. frei trainieren wer Lust hat)

### **Winterausfahrten („Dreiecksfahrten“), halb- oder ganztags**

Jeweils Sonntags einmal im Monat.

Termin und Uhrzeit wird kurzfristig je nach Wetterbericht bekannt gegeben.(Org. WER WILL)

### **Sonderaktivitäten (detaillierte Infos folgen vor den jeweiligen Terminen)**

Samstag, 5. Dezember 19 Uhr Sieger- und Jubilarfeier vom Verein  
Samstag, 12. Dezember 18 Uhr Weihnachtsfeier mit Feuerzangenbowle und Wichtelsack im Loch (Org. Sonja Müllich, Holger Lohse)  
Sonntag, 28. März 14 Uhr Anrudern + grillen (Org. NN)

### **Weiteres (detaillierte Infos direkt von den Organisatoren)**

Wanderung in Odenwald bzw. Pfalz (Org. Bärbel Biebinger, Michael Schmiedebach)

Spaßregatta (Org. Carolin Kühn)

Schneewochenende (Ski/Snowboard/Langlauf mit Hüttenübernachtung?) (Org. Carolin Kühn)

Weihnachtsmarkt (Org. Nicole Tieben)

Tagesfahrten

Sonstige Akitvitäten (Eislaufen, Bowling, Radtour, Kartfahren,....., .....) kann jeder gerne organisieren, weitere Ideen sind willkommen!!