



Ergometer- & Fitnesskurs



Der Ergometerkurs ist für alle, die im Winter ihre Fitness erhalten und dabei auch technisch arbeiten wollen. Der Kurs beinhaltet 30 Minuten Ergometerrudern und 45 Minuten Fitnessprogramm.

Für wen:	Für Alle	
Wann:	Kurs 2019-Ergo-4	22.10.2019 – 10.12.2019 Immer dienstags von 12:15 – 13:30
Kursort:	Seeclub Küsnacht, Kraftraum	
Anzahl der Teilnehmer:	6-8	
Gesamtdauer:	10 Stunden	
Kosten:	Sfr. 214	
Infrastrukturbeitrag	Nur für nicht SCK-ler	Sfr. 30

Anmeldeschluss ist der 05.10.2019

Es gelten die AGBs der Rowing Academy

Rowing Academy GmbH ■ Joachim Drews ■ Schönaustrasse 1 ■ 8707 Uetikon a/S
www.rowingacademy.ch ■ joachim.drews@gmx.net ■ +41 77 430 99 83

