

**Termine 2019/2020****Dezember 2019**

- So., 01.12. Adventsrudern 10.00 Uhr – je nach Wetter- und Wasserlage  
 Do., 04.12. Glühweinabend, 19.00 Uhr Bootshaus  
 Di., 31.12. Silvesterrudern 11.00 Uhr - je nach Wetter- und Wasserlage  
 Mittwochs + Freitags: Ergotraining, 17.00 – 18.30 Uhr

**Januar 2020**

- Mittwochs + Freitags: Technik- und Konditionsschulung im Ruderkasten und am Ergometer, 17.00 – 18.30 Uhr mit Frauke, Birgit und Kirsten  
 Fr., 01.01. Wir begrüßen das Neue Jahr, 14:00 Uhr  
 27.01. - 28.01. Women's Rowing Challenge im Bootshaus mit Birgit und Kirsten

**Februar 2020**

- Mi., 19.02. **Jahreshauptversammlung, 19.00 Uhr**  
 Sa., 22.02. oder 29.02. Yoga-Workshop mit Marion  
 Februar oder März Erste-Hilfe-Kurs

**März 2020**

- Sa., 28.03. Segelboote aus der Halle (letzter Termin)  
 So., 29.03. Boote aus der Winterlagerung (aufriggern)  
 9:00 Uhr, im Anschluss:  
 So., 29.03. Frühlingsmarathon auf dem Maschsee

**April 2020**

- So, 05.04. – So. 09.04. Rudern im Spreewald  
 Sa., 18.04. Gemeinschaftsarbeit, 9.00 Uhr  
 So., 19.04. **ANRUDERN, 11.00 Uhr**  
 Di, 21.04. bzw. Mi., 22.04 Beginn Schnupperkurse

**Mai 2020**

- Sa., 02.05. – So., 03.05 Wesermarathon  
 Sa., 03.05. Maschseemarathon  
 Fr., 08.05. – So., 10.05 Rudern in Havelberg

20

**Mai 2020 (Fortsetzung)**

- So., 17.05. „Bergfest“ für Schnupperkurse und Sympathisanten

**Juni 2018**

- Sa., 13.06. Tagesfahrt mit dem Ruderkurs und Interessierten ins Teufelsmoor  
 So., 14.06. Tagesfahrt mit dem Ruderkurs und Interessierten ins Teufelsmoor

**Juli 2020**

- Sa., 04.07. – So., 12.07. Wanderfahrt Tangermünde – Lübeck

**August 2020**

- Mi., 29.07. – So., 16.08. Maschseefest  
 Sa., 08.08. Gemeinschaftsarbeit, 9:00 Uhr  
 So., 09.08. **Tag der offenen Tür**

**September 2020**

- Fr., 04.09 – So., 06.09. **DRV Wanderrudertreffen in Saarbrücken**  
 Mi., 16.09 – So., 20.09. Wanderfahrt nach Neuruppin

**Oktober 2020**

- Fr., 02.10. – So., 04.10. **LRNV Wanderrudertreffen in Hoya**  
 Sa., 24.10. Gemeinschaftsarbeit, 9.00 Uhr  
 So., 25.10. **92 Jahre 1. FRC und ABRUDERN 11.00 Uhr**  
 Sa., 31.10. Abschlussmarathon auf dem Maschsee, anschl. Vorbereitung der Winterlagerung (abriggern)

**November 2020**

- Sa., 01.11. Segelboote in die Halle (erster Termin)  
 ab Mi., 04.11. – Ende März Fitness mit Heidrun. 19.00 Uhr, Anmeldung am schwarzen Brett  
 Mittwochs + Freitags Technik und Konditionstraining im Ruderkasten, 17:00 Uhr  
**Grünkohlessen**

21

