

Trainingszeitplan — Winter

gültig ab **20.10.2025 bis 31.03.2026**



www.ruderverein-eltville.de

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
10:00		Rudern allgemein Ursel Schwarz (Lena Hartwich)						Rudern allgemein Peter Borrmann	
11:30									
13:00							Rudern allgemein Eva Zaltenbach Christina Gutmann		
15:00			Rudern allgemein Ursel Schwarz Christina Gutmann ab 18.2. um 16 Uhr						
16:00									
17:00				Jugend Ergo/Kraft Lucas Bänkel	Jugend Kraft/Stabi Marisa Schneider (Lena Hartwich)	Jugend LG mit WSV Geisenheim			
17:30	Jugend Stabi Michael Schneider Markus Müller								
18:00			Ergo für Challenges ab 10.12.						
18:30		Masters Ergo/Kraft Lena Hartwich Christopher Schneider							
19:00			Lena Hartwich		Masters Gymnastik/Stabi Lena Hartwich ab 30.10.				