



## SWISS ROWING Grundkurs InstruktorIn Rudern Ausschreibung

Diese Ausbildung ist an Personen gerichtet, welche in den Vereinen die Einsteigerausbildung leiten und Erwachsene im Breitensport Rudern betreuen.

Termine:	So, 22. März, 18.30 Uhr - Mi, 25. März 2026, 14.00 Uhr (ausgebucht) So, 13. Sep, 18.30 Uhr - Mi 16. Sep. 2026, 14.00 Uhr
Kursort:	Zentrum des Schweizerischen Rudersportes in Sarnen Brünigstrasse 182A 1, 6060 Sarnen
Kurssprache:	Deutsch
Voraussetzung:	Mehrjährige Mitgliedschaft in einem Ruderverein Einsatz in einem Vereins-Einsteigerkurs im 2026/27 Rudern in einem Schulungseiner Bestätigung des Vereins
Ausbildungsinhalte:	<u>Praxis</u> Verbesserung der persönlichen Rudertechnik im Boot und auf dem Rudergerät / Bootshandling und Grundmanöver im Boot / Vermitteln der Grundlagen bei EinsteigerInnen / Schlüsselübungen anleiten + anwenden <u>Theorie</u> Verständnis der Rudertechnik entwickeln / Vorbereitung und Durchführung eines strukturierten Einsteigerkurses kennen lernen / Profil, Aufgaben und Verantwortungsbereich / Ruderunterricht mit Erwachsenen / Sicherheit
Leitung:	Sarah Zurbrügg-Greenaway / Ueli Bodenmann
Bestätigung:	Am Ende des Kurses erhalten alle eine Kursbestätigung.
Kurskosten:	Swiss Rowing Mitglieder: Fr. 345.- / Nicht-Mitglieder: Fr. 670.- Die Kurskosten sind vor Kursbeginn zu bezahlen. Sie beinhalten die Kursbestätigung und die Kursunterlagen in elektronischer Form. Swiss Rowing, Ressort Breitensport, unterstützt diese Ausbildung mit Fr. 325.- pro TeilnehmerIn.

Verpflegung:	Die Mittagessen sind in den Kurskosten inbegriffen. Abendessen individuell oder gemeinsam mit der Gruppe (nicht in den Kurskosten enthalten)
Unterkunft:	Die Übernachtung ist nicht im Angebot enthalten. Unterkünfte / Links zu Übernachtungsmöglichkeiten in Sarnen: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Ruderzentrum</a></li> <li>- <a href="#">Hotel Metzgern</a></li> <li>- <a href="#">Peterhof</a></li> <li>- <a href="#">Hotel Krone</a></li> <li>- <a href="#">Hotel Kurhaus am Sarnersee</a></li> </ul>



## Anmeldung

Bitte ausfüllen und per Email an folgende Adresse senden: [info@rowandrow.ch](mailto:info@rowandrow.ch)

<b>Kurs:</b>	<b>SWISS ROWING Grundkurs InstruktorIn Rudern</b>		
	<input type="checkbox"/> 22. – 25. März 2026	<input type="checkbox"/> 13. – 16. September 2026	
<b>Name:</b>		<b>Vorname:</b>	
<b>Geb.Datum:</b>		<b>Adresse:</b>	
<b>PLZ/Ort:</b>		<b>Swiss Rowing Nr.</b>	
<b>Tel./Mobile:</b>		<b>Email:</b>	
<b>Mittagessen:</b>	<input type="checkbox"/> Ich ernähre mich vegetarisch		
<b>Rechnung:</b>	<input type="checkbox"/> An obenstehende Adresse <input type="checkbox"/> An Verein:		
<b>Datum:</b>		<b>Unterschrift:</b>	

**Bitte beachte, dass die Kostenbeteiligung von Swiss Rowing nur bei gemeldeten Mitgliedern zur Anwendung kommt. Für Kursteilnehmende ohne Swiss Rowing Nummer werden die vollen Kurskosten verrechnet.**

Bestätigung des Vereins, dass ich Mitglied von Swiss Rowing bin und im 2026/27 in Einsteigerkursen mitwirken werde:

<b>Verein:</b>	
<b>Datum:</b>	
<b>Unterschrift des Präsidenten / der Präsidentin oder eines Vorstandsmitglieds:</b>	