

## **Ergocup RCW 21.1. 2018**

Am **Sonntag, 21.1.**, ab **15.00 Uhr (Treffen 14.45)** findet der RCW-Ergo-Sprintcup für Kinder, Eltern und Betreuer am RCW statt. Dabei fahren mehrere Ruderer/innen gegeneinander auf dem Ergo **250m, 350 m oder 500 m**, wobei das Rennen auf eine Leinwand übertragen wird. Es werden so die Clubmeister bei den 7-14-jährigen Kindern und auch bei den **Müttern und Vätern** ermittelt (also bitte auch teilnehmen), anschl. Sieger-Ehrung von Ergo-Cup und der Saison 2017. Wieder im Programm ist auch der Synchron-Wettbewerb für die Kinder und/oder Erwachsenen. Für **Kaffee und Kuchen** sorgt unsere Kastellanin.

Für die Regattakinder des RCW ist die **Teilnahme Pflicht** und dient der Vorbereitung bzw. Qualifikation für den Indoor-Cup (Deutsche Meisterschaften) in Kettwig am 4.2.2018.

Wir freuen uns auch in diesem Jahr wieder Teilnehmer/innen aus der AG Rudern des Ruhr-Gymnasiums und von unserem Nachbarverein RV Bochum begrüßen zu dürfen.

### **„Ausschreibung“:**

- Synchronwettbewerb
- Jahrgänge 2009 und jünger
- Mädchen Jahrgang 2007/2008
- Jungen Jahrgang 2007/2008
- Mütter-Cup (ohne Rudererfahrung)
- Väter-Cup (ohne Rudererfahrung)
- Mädchen Jahrgang 2005/2006
- Jungen Jahrgang 2005/2006
- Trainerinnen und Mütter mit Rudererfahrung
- Trainer und Väter mit Rudererfahrung
- Mädchen Jahrgang 2003/2004
- Jungen Jahrgang 2003/2004

Die Einteilung erfolgt vor Ort, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ulf Schaefer, Bernd Andree, Jonas Moll, Marcel van Delden und Uwe von Diecken