

Trainingszeiten/Raumbelegung Winter 2025/2026

Ansprechpartner

Vorstand Sport: Dr.Lars Komorowski

Trainer: Christian Wärmer

BIS	ORT	09:00	09:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00			
		VON	09:00	09:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00		
Montag	Rudern			Breitensport Rudern (sofern eisfrei)																											
	RRC Kraft-Raum																						Masters M								
	RRC Ergo-Raum																														
	RRC Rad-Raum																														
	RRC Club-Raum																														
	RAR Halle																														
	LG Halle E																							Fit in die Woche	Pilates						
Dienstag	RRC Kraft-Raum																														
	RRC Ergo-Raum																														
	RRC Rad-Raum																														
	LG Halle D																														
Mittwoch	Rudern			Breitensport Rudern (sofern eisfrei)																											
	RRC Kraft-Raum																														
	RRC Ergo-Raum																														
	RRC Rad-Raum																														
	RRC Clubraum																														
	Aquasiwa																														
	RAR Halle																														
	St. G Halle																														
	GS Halle																														
Donnerstag	Rudern			Breitensport Rudern (sofern eisfrei)																											
	RRC Kraft-Raum																														
	RRC Ergo-Raum																														
	RRC Rad-Raum																														
	RRC Club-Raum																														
Freitag	RRC Kraft-Raum																														
	RRC Ergo-Raum																														
	RRC Rad-Raum																														
	RRC Clubraum																														
	RAR Halle																														
	LG Halle D																														
Sonnabend	Rudern			Breitensport Rudern (sofern eisfrei)																											
	RRC Kraft-Raum																														
	RRC Ergo-Raum																														
	RRC Rad-Raum																														
	RRC Club-Raum																														
Sonntag	Rudern																														
	RRC Kraft-Raum																														
	RRC Ergo-Raum																														
	RRC Rad-Raum																														
	RRC Club-Raum																														

BIS	ORT	09:00	09:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00
		VON	09:00	09:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30
Kinder																												
Jugend 1.WKE																												
Jugend Breitensport																												
Breitensport Rudern																												
Ergo Technik																												
Masters M																												
Womans Challenge																												
Team-Rowing																												
Fußball																												
Fit in die Woche (Kraft/Stabi)																												
Volleyball																												
Pilates																												
Volleyball																												
Fitness (Zirkeltraining)																												

Alle weiß gebliebenen Zeiträume sind für den Individualsport nutzbar.