



Trainingszeiten Winter 2019/2020

Bessel-Ruder-Club | Ruderriege Besselgymnasium | Ruderriege Herder-Gymnasium
 Planung Besselgymnasium Kraft - und Ergoraum, Ergoraum Herder-Gymnasium, Bootshaus, Hallensport & Wochenendrudern - Stand: 07/11/19

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Gruppe: JuM 06+07 Ort: Bootshaus Saal/Kraftraum Zeit: 16.15-18.15 Leitung: B. Bierwirth B. Franke	Gruppe: JuM 08+ANF Ort: Besselgymn. Sporthalle Zeit: 15.00-16.30 Leitung: D. Bredemeier C. Krömer	Gruppe: JuM 06+07 Ort: Bootshaus Saal/Kraftraum Zeit: 16.15-18.15 Leitung: B. Bierwirth B. Franke	Gruppe: JuM 06+07 Ort: Besselgymn. Sporthalle Zeit: 16.30-18.00 Leitung: B. Franke	Gruppe: JMB Ort: Besselgymn. Ergoraum Zeit: 13.30-15.30 Leitung: M. Meier N. Brauns	Gruppe: JMA+JFA+JFB Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 08.00-10.30 Leitung: R. Lützkendorf	Gruppe: JMA+JFA+JFB Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 08.00-10.30 Leitung: R. Lützkendorf
Gruppe: JMB Ort: Besselgymn. Kraftraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: M. Meier J. Günther	Gruppe: JMA+JFA+JFB Ort: Besselgymn. Kraftraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: R. Lützkendorf	Gruppe: JMA+JFA+JFB Ort: Besselgymn. Ergoraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: R. Lützkendorf	Gruppe: JMA+JFA+JFB Ort: Besselgymn. Kraftraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: R. Lützkendorf	Gruppe: JuM 07 Ort: Besselgymn. Ergoraum Zeit: 14.30-16.00 Leitung: B. Bierwirth	Gruppe: JMB Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 08.30-11.00 Leitung: M. Meier J. Günther	Gruppe: freies Rudern Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 10.30-13.00 Leitung: keine Betreuung
Gruppe: - frei - Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 18.15-21.00 Leitung: keine Betreuung	Gruppe: JMB Ort: Besselgymn. Ergoraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: M. Meier	Gruppe: JMB Ort: Besselgymn. Kraftraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: J. Günther	Gruppe: JMB Ort: Besselgymn. Ergoraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: M. Meier J. Günther	Gruppe: JMA+JFA+JFB Ort: Besselgymn. Ergoraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: R. Lützkendorf	Gruppe: JuM 06+07 Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 10.15-13.00 Leitung: B. Bierwirth B. Franke	Hinweise für den Ruderbetrieb am Samstag: Bitte Kraft- & Ergoräume am Bootshaus in der Zeit von 8-13 Uhr frei halten , da diese bei schlechtem Wetter von den Trainingsgruppen genutzt werden müssen. Als weitere Ausweichmöglichkeit nutzen wir den Kraftraum im Besselgymnasium. Das freie Rudern (Eltern, Erwachsene, etc.) ist am Samstag erst ab 11.30 Uhr möglich, da es sonst zu Staus am Kanalsteg kommt. Bei allen Fragen zur Bootsbenutzung bitten wir um Rücksprache mit unser sportlichen Leitung.
	Gruppe: SM+SF+RBL Erwachsene Ort: Bootshaus Zeit: 18.00-21.00 Leitung: C. Knost G. Schandl	Gruppe: - frei - Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 18.00-21.00 Leitung: keine Betreuung	Gruppe: SM/SF + wer Lust hat Fußball Ort: Besselhalle Zeit: 18.15-19.30 Leitung: M. Meier	Gruppe: JuM ANF Ort: Bootshaus Saal/Kraftraum Zeit 1: 15.00-16.00 Zeit 2: 16.00-17.00 Leitung: D. Bredemeier P. Krüger	Gruppe: SM/SF/RBL Rudern Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 10.00-13.00 Leitung: C. Knost	
			Gruppe: SM+SF+RBL Erwachsene Ort: Bootshaus Zeit: 18.00-21.00 Leitung: C. Knost G. Schandl	Gruppe: JuM 08 Ort: Bootshaus Saal Zeit: 16.45-18.15 Leitung: B. Bierwirth	Gruppe: JMB Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 12.30-15.00 Leitung: M. Meier B. Günther	
				Gruppe: - frei - Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 18.15-21.00 Leitung: keine Betreuung	Gruppe: JMA+JFA+JFB Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 13.00-15.30 Leitung: R. Lützkendorf	

Zu den grau hinterlegten Zeiten wird gerudert.

Bessel-R.C. Sportliche Leitung Christoph Knost	0151 - 52563934	christoph.knost@besselrc.de
JMA/JFA JFB Cheftrainer & Trainingsgruppenleitung Robin Lützkendorf	0163 - 6415968	robinluetzkendorf@t-online.de
JMB Trainingsgruppenleitung Martin Meier	0160 - 97340038	martin.meier@besselrc.de
Trainer & Betreuer Jörn Günther Marian Lübbing Nils Brauns	0177 - 5128633 0157 - 86542622	joern_guenther@gmx.de nilsbrauns@web.de
RBL Trainingsgruppenleitung Christoph Knost	0151 - 52563934	christoph.knost@besselrc.de
Trainer & Betreuer Michael Krüger Daniel Bredemeier Philipp Baumgard	0172 - 6328089 0172 - 9730018 0177 - 3013955	michael.krueger@besselrc.de daniel-bredemeier@web.de philipp.baumgard@gmail.com
Team-Captains Inken Neppert (Red) Vincent Schmitz (Black)	0151 - 19481459 0152 - 25852879	teamleitung-red@melitta-achter.de teamleitung-black@melitta-achter.de
Erwachsene Koordinator Gerold Schandl	0152 - 56979697	gerold.schandl@besselrc.de

JuM Trainingsgruppenleitung Björn Bierwirth	0160 - 2985169	bjoern.bierwirth@besselrc.de
Trainer & Betreuer Benjamin Franke Anna Laufer Ben Kresse Benedikt Wotka Charlotte Damerau Dennis Kowalke Jonas Mehnert Jonas Sommer Laura Bleidorn Laura Korte Max Körtner Niklas Dresselmann Pia Breitschuh Ricarda Fichtl Sarah Lorenz Stefanie Franke	0157 - 55791908	benjamin.franke@besselrc.de anna@family-laufer.de ben.kresse@t-online.de B.wotka@mail.de scha-scha0112@gmx.de dennis-kowalke@t-online.de jonas.mehnertmi@yahoo.de j.sommer2001@outlook.de laurableidorn@googlemail.com l.korte@t-online.de max.koertner@web.de niklas.dresselmann04@web.de pia.breitschuh@web.de r.fichtl@unitybox.de sarahmarielorenz1@gmail.com stfneu@yahoo.de
Protektoren Besselgymnasium Martin Meier Daniel Bredemeier	0160 - 97340038 0172 - 9730018	martin.meier@besselrc.de daniel-bredemeier@web.de
Herder-Gymnasium Cord Krömer Peter Krüger	0160 - 1131276	c.kroemer@herder-gymnasium-minden.de p.krueger@herder-gymnasium-minden.de

Jahrgänge Saison 2019/2020: A = Jahrgang 2002/2003 B = Jahrgang 2004/2005* JuM = Jahrgang 2006/2007/2008/2009 SF = ab Abi + älter SM = ab Abi + älter (* Der B-Jahrgang ist auf Schülerebene um das Geburtsjahr 2003 erweitert)
Abkürzungen/Erläuterungen: JuM = Kinderjungen & Kindermädchen JM = Junioren JF = Juniorinnen SF = Seniorinnen SM = Senioren RBL = Ruder-Bundesliga ANF = Anfänger (Jungen & Mädchen), die erst in der 2. Jahreshälfte 2019 angefangen haben

Sportstätten:	
Bessel-Ruder-Club (Bootshaus) Am Pumpwerk 2 32423 Minden	Ergoraum Besselgymnasium Hahler Straße 134 32423 Minden
Sporthalle Besselgymnasium Hahler Straße 134 32423 Minden	Sporthalle Pöttcherhalle Pöttcherstraße 32427 Minden
Kraftraum Besselgymnasium Hahler Straße 134 32423 Minden	Ergoraum Herder-Gymnasium Brüningstraße 2 32427 Minden