


Trainingszeiten Winter 2023/2024

Bessel-Ruder-Club | Ruderriege Besselgymnasium | Ruderriege Herder-Gymnasium

Planung Besselgymnasium Kraft- und Ergoraum, Ergoraum Herder-Gymnasium, Bootshaus, Hallensport & Wochenendrudern - Stand: 20/10/23

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<p>Gruppe: JuM 10+11 Ort: Bootshaus Saal/Kraftraum Zeit: 16.00-18.00 Leitung: B. Franke</p>	<p>Gruppe: JMB/JFB Ort: Besselgymn. Ergoraum Zeit: 16.00-17.30 Leitung: B. Bierwirth</p>	<p>Gruppe: JuM 11 Ort: Bootshaus Saal Zeit: 16.00-17.30 Leitung: M. Meier</p>	<p>Gruppe: JuM 12 Ort: Bootshaus Saal/Kraftraum Zeit: 16.00-17.15 Leitung: D. Bredemeier</p>	<p>Gruppe: JMB/JFB Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 14.30-16.30 Leitung: B. Bierwirth</p>	<p>Gruppe: JMA/JFA/JMB/JFB Rudern Ort: Besselgymn. Zeit: 09.00-11.00 Leitung: B. Bierwirth</p>	<p>Gruppe: JMA/JFA Rudern Ort: Besselgymn. Zeit: 10.00-12.00 Leitung: B. Bierwirth</p>
<p>Gruppe: JMA/JFA/JMB/JFB Ort: Besselgymn. Kraftraum Zeit: 16.00-17.30 Leitung: B. Bierwirth</p>	<p>Gruppe: JuM 12+ANF Ort: Besselgymn. Sporthalle Zeit: 16.00-18.00 Leitung: D. Bredemeier</p>	<p>Gruppe: JuM 10 Ort: Bootshaus Kraftraum Zeit: 16.00-17.30 Leitung: B. Franke</p>	<p>Gruppe: JuM 10+11 Ort: Besselgymn. Sporthalle Zeit: 16.30-18.00 Leitung: M. Meier</p>	<p>Gruppe: JuM ANF Ort: Bootshaus Saal/Kraftraum Zeit: 15.30-17.30 Leitung: D. Bredemeier</p>	<p>Gruppe: JuM 10+11 Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 10.00-12.45 Leitung: B. Franke D. Bredemeier</p>	<p>Gruppe: SM/SF/RBL Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 10.00-12.45 Leitung: C. Knost</p>
<p>Gruppe: JMA/JFA Ort: Besselgymn. Ergoraum Zeit: 16.00-17.30 Leitung: B. Bierwirth</p>	<p>Gruppe: Rudertreff Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: ab 18.00 Leitung: G. Schandl</p>	<p>Gruppe: JMA/JFA/JMB/JFB Ort: Besselgymn. Kraftraum Zeit: 16.00-17.30 Leitung: B. Bierwirth</p>	<p>Gruppe: JMA/JFA/JMB/JFB Ort: Besselgymn. Sporthalle Zeit: 16.30-18.00 Leitung: B. Bierwirth</p>	<p>Gruppe: - frei - Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 18.00-21.00 Leitung: keine Betreuung</p>	<p>Gruppe: JMA/JFA/JMB/JFB Rudern Ort: Besselgymn. Zeit: 13.00-15.00 Leitung: B. Bierwirth</p>	<p>Gruppe: freies Rudern Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 10.30-13.00 Leitung: keine Betreuung</p>
<p>Gruppe: - frei - Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 18.15-21.00 Leitung: keine Betreuung</p>		<p>Gruppe: - frei - Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: 18.15-21.00 Leitung: keine Betreuung</p>	<p>Gruppe: SM/SF + wer Lust hat Fußball Ort: Besselgymn. Sporthalle Zeit: 18.00-19.30 Leitung: M. Meier</p>		<p>Gruppe: SM/SF/RBL Rudern Ort: Bootshaus Zeit: 10.00-12.45 Leitung: C. Knost</p>	<p>Hinweise für den Ruderbetrieb am Samstag:</p> <p>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.</p> <p>Bei allen Fragen zur Bootsbenutzung bitten wir um Rücksprache mit unserer sportlichen Leitung.</p>
			<p>Gruppe: Rudertreff Ort: Bootshaus Bessel-R.C. Zeit: ab 18.00 Leitung: G. Schandl</p>			

 Zu den grau hinterlegten Zeiten wird gerudert

Bessel-R.C.	Sportliche Leitung Christoph Knost 0151 - 52563934 christoph.knost@besselrc.de
JMB/JFB/JMA/JFA	Cheftrainer & Trainingsgruppenleitung Björn Bierwirth bjoern.bierwirth@besselrc.de
RBL	Trainingsgruppenleitung Christoph Knost 0151 - 52563934 christoph.knost@besselrc.de
	Team-Captains Charlotte Damerau (Red) Marius Redecker (Black) teamleitung-red@melitta-achter.de teamleitung-black@melitta-achter.de
Erwachsene	Koordinator Gerold Schandl gerold.schandl@besselrc.de

JuM	Trainingsgruppenleitung Daniel Bredemeier Benjamin Franke daniel.bredemeier@besselgymnasium.de benjamin.franke@besselrc.de
Protektoren	Besselgymnasium Martin Meier Daniel Bredemeier martin.meier@besselrc.de daniel.bredemeier@besselgymnasium.de
	Herder-Gymnasium Oliver Bierhaus Jannis-Luca Ahrensmeier o.bierhaus@herder-minden.de l.ahrensmeier@herder-minden.de

Jahrgänge Saison 2023/2024:
A = Jahrgang 2006/2007
B = Jahrgang 2008/2009*
JuM = Jahrgang 2010/2011/2012/2013
SF = ab Abi + älter
SM = ab Abi + älter
(* Der B-Jahrgang ist auf Schülerebene um das Geburtsjahr 2007 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 2023 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