



Schweizerischer Ruderverband
Fédération Suisse des Sociétés d'Aviron
Federazione Svizzera delle Società di Canottaggio



Ausschreibung „Masters Trainingscamp“

17. bis 19. Juni 2016 in Sarnen, Haus des Rudersports und Sarnersee

Die Pam's Ruderschule GmbH bietet in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Ruderverband das beliebte SRV Masters Trainingscamp an. Die Teilnahme richtet sich an alle interessierten Masters, welche an Schweizer Regatten oder Masters-Regatten im Ausland starten möchten. Aber auch an solche die Masters-Wettkampfruderer/-ruderinnen werden wollen.

Start und Ende

Start Freitag, 17. Juni 2016 09:30 Uhr

Ende Sonntag, 19. Juni 2016 15:00 Uhr

Training und Zielverfolgung

- Das SRV Masters-Trainingscamp richtet sich an regattierende Ruderinnen und Ruderer der Masterskategorie oder solche, die beabsichtigen, demnächst zu regattieren.
- Es dient der gemeinsamen Vorbereitung im Skiff oder im Mannschaftsboot.
- Eine Teilnahme ist auch für diejenigen Ruderer empfehlenswert, die gerne in einem Mannschaftsboot starten würden, aber noch keine Teammitglieder haben. Im Vorfeld können mit weiteren Interessenten entsprechende Mannschaften gebildet werden.
- Es wird mit zwei Rudereinheiten pro Tag am Optimieren der Rudertechnik und am Perfektionieren der Rennvorbereitung gearbeitet. Bei Wetterverhältnissen, die das Rudern nicht zulassen, wird auf Indoortraining (Ergometer und Rumpfkraft) umgestellt.

Bootspark

Der Bootspark ergibt sich durch das eigene (Club, privat oder gemietete) Rennruderboot. Für Mannschaften oder Einzelathleten, die kein verfügbares Rennruderboot haben, kann Pam's Ruderschule GmbH bei der Organisation eines solchen behilflich sein. Auch bei der Transportorganisation der Grossboote steht sie unterstützend zur Seite. Die anfallenden Kosten (wie Organisation, Miete, Transport, usw.) gehen zu Lasten der Auftrag gebenden Teilnehmer.

Unterkunft und Verpflegung

Im Haus des Rudersports, Brünigstrasse 182a, 6060 Sarnen, sind Zimmer reserviert und die Verpflegung organisiert. Die Zimmereinteilung in Doppel- oder Vierer-Zimmer erfolgt durch den Veranstalter.

Reise

Die An- sowie Rückreise erfolgt individuell und geht zu Lasten der Teilnehmer. Es werden keine Reisekostenentschädigungen ausgerichtet. Kostenlose Parkplätze stehen beim Ruderzentrum Sarnen zur Verfügung.

Ausrüstung

Bitte das Rennruderboot mitnehmen, welches für die Trainings an diesem Wochenende benötigt wird. Das nötige Zubehör (Rollsitze, Ausleger, Skull o. Riemen), Bootsböcke, Werkzeug und wenn vorhanden, die Schlagzahluhr werden ebenfalls benötigt. Zudem bitten wir, Getränkeflaschen, saubere Trainingschuhe für das Indoortraining, usw. mitzunehmen.



Schweizerischer Ruderverband
Fédération Suisse des Sociétés d'Aviron
Federazione Svizzera delle Società di Canottaggio

Veranstalter / Leitung

Das Trainingswochenende wird durch Leiterinnen und Leiter von Pam's Ruderschule GmbH im Auftrag des Schweizerischen Ruderverbands durchgeführt. Die Gesamtleitung liegt bei Pamela Weisshaupt. Je nach Teilnehmerzahl werden weitere Betreuer beigezogen.

Haftung / Versicherung

Die Teilnahme am Masters Camp erfolgt auf eigenes Risiko und Verantwortung. Durch den SRV oder die Pam's Ruderschule GmbH bestehen insbesondere keine Unfall-, Kranken-, Haftpflicht-, Reise-, Gepäck-, Boots-, Diebstahl- oder Annullierungskostenversicherungen für Teilnehmende. Das Abschliessen von zusätzlichen Versicherungen ist Sache der teilnehmenden Personen resp. Clubs.

Kosten

Die Kosten betragen **CHF 440.-** pro Person, inkl. Übernachtung und Verpflegung gemäss Programm im Haus des Rudersports und ein Erinnerungs-T-Shirt. Nicht im Preis inbegriffen sind: persönliche Reisekosten, Bootstransporte, sonstige Verpflegung und Annullationsversicherung.

Für Mitglieder, die durch ihre Clubs dem SRV ordentlich als Aktivmitglieder gemeldet wurden, beteiligt sich der SRV an den oben aufgeführten Kosten mit einem Beitrag von **CHF 50.-** pro Person. (Bitte bei der Anmeldung die SRV-Mitgliedernummer angeben. Diese kann beim Sekretariat SRV angefragt werden).

Die Teilnahmegebühr muss vor dem Masters Camp vollumfänglich einbezahlt werden.

Anmeldeschluss

- **Anmeldeschluss ist am Montag, 23. Mai 2016.**
- **Anmeldeadresse: Pam's Ruderschule GmbH, Pamela Weisshaupt, Schulhausstrasse 20, 8704 Herrliberg (E-Mail: pamsruderschule@gmx.ch)**

Die Teilnehmerzahl am Masters Camp ist limitiert. Wir werden die eingehenden Anmeldungen mit einer Empfangsbestätigung beantworten. Nach Ablauf des Anmeldeschlusses folgt die definitive Bestätigung des Kurses in Abhängigkeit der angemeldeten Teilnehmerzahl.

Kontakt

Bei Fragen ist Pamela Weisshaupt unter 079 652 09 01 oder pamsruderschule@gmx.ch erreichbar.

Mit rudersportlichen Grüssen

SCHWEIZERISCHER RUDERVERBAND

Stéphane Trachsler
Präsident

Christian Stofer
Direktor

Pam's Ruderschule GmbH

Pamela Weisshaupt