

[Sitemap](#) [Impressum](#) [instagram beiträge downloaden](#)

[Rudern](#) [Kalender 2025](#)

[Startseite](#) [News](#) [Newsletter](#) [Kontakt](#)

[Home](#) > [Startseite](#) > [News](#) > Trainingslager des

Hersfeld Trainingslager des RC Amicitia Bad Hersfeld 22.04.2025 07:03:19 | Dimitri Gleich

Trainingslager der Jugendabteilung des RC Amicitia Bad Hersfeld.

Copyright ©2015 RC Amicitia Bad Hersfeld e.V. [Powered by Contrex® Software](#)

hat in der ersten Osterferienwoche für seine momentan stark anwachsende Jugendabteilung ein Trainingslager in Eschwege organisiert.

en ausgewählt, um am Training auf dem See teilzunehmen. Begleitete durch das Trainer-Team Artjom Gleich und Dr. Johannes Flicker, Vorsitzenden Dimitri Gleich.

07.04 starteten die 6 Ruderer mit den Betreuern mit einem voll bepacktem Bootshänger.

kunft wurden die Boote bereit gemacht und nach dem Bezug der Zimmer in der Jugendherberge in Eschwege begann auch das Training.

Der Vorstand lenkte das Motorboot und Artjom Gleich sowie Dr. Johannes Flicker wechselten sich ab mit der Begleitung im Boot. Jeder mit dem eigenen Ruderboot, denn beide sind Masters-Ruderer (Altersklassen Ruderer), welche dieses Jahr im Doppelzweier an den Start gehen werden.

Am Nachmittag ging es für ca. 10 bis 15 Km auf den See. Von jedem Ruderer wurden ausgiebige Videoaufnahmen gemacht, die dann auf einer Leinwand gemeinsam besprochen wurden.

Am Morgen gab es morgens nur eine Trainingseinheit und als Belohnung für das harte Training der letzten Tage wurde am Nachmittag ein Freizeitpark gemacht, was bei den Jugendlichen mit Freude aufgenommen wurde.

Am letzten Trainingstag gab es nach dem Frühtraining am Nachmittag ein Wettkampfrudern wieder mit Videobegleitung und Analyse der Schritte die Rudererinnen gemacht haben.

Am Ende traten alle die Heimreise an.

Man ist jetzt schon gespannt, ob die Arbeit bei den diesjährigen Regatten Früchte trägt.

Man freut sich, dass er in der Lage ist, so viele junge Menschen zu motivieren diesen schönen Sport auszuüben und hofft am Ende am 27.04.25 noch mehr Jugendliche für das Rudern zu gewinnen.

Die Kinder am See von links nach rechts sind Leni, Laura, Andrej, Samuel, Dima und Jasper



[Version zum Drucken](#) [Per E-Mail versenden](#)

[Twittern](#)