



Ronet Syd inviterer til

## Roteknisk kursus i Kolding Dame Roklub

Lørdag den 12. maj kl. 9-15

Som tidligere inviterer vi til rotekknisk kursus i inrigger. Kraftcentertræner Helle Krogh fra Århus Roklub vil følge igen i år, følge, rette og filme deltagerne fra motorbåd.

Kurset er for alle roere - nye og erfarne - og dette er en fantastisk mulighed for både skrappe kaproere og mere urutinerede motionister til at blive kigget på og rettet til.

### Program (cirka-tider):

Kl. 9.00: fælles kaffe, velkomst, holdopdeling og gennemgang af program på vandet

Kl. 10.00: roning på vandet

Kl. 12.00: frokost

Kl. 13.00: roning på vandet

Kl. 14.00: evaluering med film + kaffe og kage

Kl. 15.00: Tak for i dag!

Pris for arrangementet inkl. forplejning: 60 kr. Beløbet indbetales ved tilmelding på Mobilepay – 41 57 64 34. Husk at angive navn og klub.

Deltagerne kan selv medtage både, men det er muligt at låne både i Kolding for 50 kr. pr. person. Man kan deltage i faste hold eller som enkeltperson. Vi sørger for, at alle deltagere kommer på vandet.

Der er plads til 30 deltagere på kurset, som registreres efter først-til-mølle-princippet.

Ved tilmeldingen beder vi om følgende informationer: Navn, klub, fødselsdato, ro-erfaring, ønsker at ro på hold (hvilket). Husk også betaling for forplejning og bådleje via Mobilepay.

Tilmelding på mail til Birgit Bech Jensen, [formand@vejleroklub.dk](mailto:formand@vejleroklub.dk), senest mandag den 7. maj.

Venlig hilsen

Tina Eriksen, Kolding Dame Roklub (41 57 64 34)

Birgit Bech Jensen, Vejle Roklub (24 95 16 60)

Ronet Syd er et netværk under DFfR som består af følgende roklubber:

Esbjerg Roklub, Fanø Roklub, Fredericia Dame Roklub, Fredericia Roklub, Grindsted Ro- og Kajakklub, Horsens Roklub, Jels Roklub, Juelsminde Roklub, Kolding Dame Roklub, Kolding Roklub, Middelfart Roklub, Ribe Roklub, Roklubben Lillebælt, Skanderborg Roklub, Strib Ro- og Kajakklub, Varde Roklub, Vejle Roklub

