


Ausgabe November 2014

-  **Gymnastikkurs**
-  **Wir gratulieren**
-  **Volleyball Adventstunier**
-  **Abrudern**
-  **Danke**
-  **neue Trainingszeiten**
-  **Termine 2015**



Hallo Mädels!

Musik und ganz viel Spaß erwarten Euch bei unseren Übungen zur Verbesserung der Muskelkraftausdauer, u. a. von Bauch- und Rückenmuskulatur.

Vielleicht hat Eure Freundin oder Nachbarin ja auch Lust und Zeit?!

Bitte meldet Euch kurzfristig bei mir zum gemeinsamen „workout“ unter:

edith-s@t-online.de

Der Kurs geht vorerst bis Jahresende.

Ich freu mich auf Euch!

Eure Edith

**Kennenlernpreis
für Nichtmitglieder:
nur 15 €**



Wir gratulieren

Maria und Basti
ganz ganz herzlich
zur Hochzeit!!!



Zwei MitspielerInnen
werden noch gesucht!

Bitte bei
Jan oder Thomas melden!



SSV MESCHEDA
Sportverein Meschede e.V.

Wir wollen immer noch vor allem Hobby-SpielerInnen und „Fachfremde“ aus anderen Sportarten und -abteilungen zu einem abwechslungsreichen Sporttag zusammenbringen. Dabei soll der Spaß nicht zu kurz kommen und trotzdem alle von spannenden Spielen, viel Kommunikation und Austausch profitieren.

Wir laden daher herzlich ein zum
Adventsturnier 2014
am 23.11.2014 ab 11:00 Uhr
in die Sporthalle Rautenschemm.

Wir wünschen uns, dass sich Teams

- mit einem möglichst originellen Namen,
- mindestens 2 Frauen,
- höchstens einem „Profi“ mit Spielerpass und
- insgesamt 6 Teammitgliedern
- bis zum 09.11.14 bei uns anmelden.

Weitere Informationen sind auf unserer Internetseite zu finden.

(<http://www.ssvmeschede.de/index.php/volleyball/trzeiten-uebungsleiter?id=433>)

Wir freuen uns auf euch!



2014 - die Rudersaison ist beendet



Wo ist das Ziel???





Das RCM Ruderjahr 2014 >>>14-mal DANKE



an Julius und Nick für die Landesmeisterschaft NRW.



an Alexandra und Ariane für den zweiten Platz beim Bundeswettbewerb der Kinder und für die Landesmeisterschaft NRW.



an Christoph-Josef und Philipp für den ersten Platz beim Bundeswettbewerb der Kinder und ebenfalls für die Landesmeisterschaft NRW.



an Julius für den zweiten Platz bei den deutschen Meisterschaften im Doppelvierer in der Renngemeinschaft mit Dortmund.



für die tollen Ergebnisse beim Ergocup in Essen.



an alle unsere Kinder und Jugendlichen, die den Ruderclub Meschede so erfolgreich in ganz Deutschland vertreten haben und unzählige Siege errungen haben.



an Maria Kleinsorgen und Basti Kleinsorgen unser tolles, erfolgreiches Trainerpaar, das gestern standesamtlich geheiratet hat.



an die Leute vom DLRG für die tolle Unterstützung beim Training und beim Ab rudern.



an Matthias und Bernd für das tolle Rennen heute Nachmittag.



für die beiden neuen Einer, die Ihr dem Verein gespendet habt.



an die Vereinssponsoren, mit deren Unterstützung drei weitere Boote in diesem Jahr angeschafft werden konnten.



an euch, die Ihr immer mitgeholfen habt, bei Arbeitseinsätzen und bei den Umbau- und Renovierungsarbeiten.



an euch alle, für eure Unterstützung und die Art und Weise, wie Ihr mir den Rücken gestärkt habt und wie Ihr mir geholfen habt.



Danke!!!

Bernd



Trainings- bzw. Ruderbetrieb Winter 2014

Tag	Zeit	Was	Wo	Wer
Montag	18:30 – 20:00 Uhr	Leistungsrunderer	Turnhalle Franz-Stahlmecke-Hauptschule	Maria / Basti
	17:00 – 18:30 Uhr	Nordic Walking	Parkplatz Ruderclub	Gaby / Manuela
	19.00	Gymnasikkurs für Frauen	Pfadfinderheim, Lindenstraße, Meschede	Edith
Dienstag	17:30 – 19:00 Uhr	Leistungsrunderer Kraftraum	Ruderclub, Berghausen	Maria / Basti
	20:00 – 22:00 Uhr	Volleyball	Hauptschulturnhalle Scheder- weg, M'de	Jan / Thomas
Mittwoch	16:00 - 17:30 Uhr	Rudern allgemein	Ruderclub, Berghausen	Jan / Thomas nur nach Rücksprache
	17:30 – 19:30 Uhr	Leistungsrunderer	Turnhalle Franz-Stahlmecke-Hauptschule	Maria / Basti
	18.00 - 20.00 Uhr	Allgemein Hanteltraining / Ergometer	Ruderclub, Berghausen	Jan / Thomas
Donnerstag	17:30 – 19:00 Uhr	Allgemein	Turnhalle Franz-Stahlmecke-Hauptschule	Maria / Basti
Freitag	17:30 – 19:00 Uhr	Leistungsrunderer Kraftraum	Ruderclub, Berghausen	Maria / Basti
Samstag	10:30 – 12:45 Uhr	Rudern allgemein Kraftraum	Ruderclub, Berghausen	Maria / Basti
	15:00 – 16:30 Uhr	Anfänger Fortgeschrittene Rudern allgemein	Ruderclub, Berghausen	Thomas / Birgit / Ingo / Bernd Krewet
Sonntag	09:30 – 11:30 Uhr	Rudern allgemein	Ruderclub, Berghausen	Thomas / Jan

Basti 0175 283 0717
 Birgit 0151 520 136 57
 Bernd Krewet 0171 174 30 67
 Edith 0151 154 520 32
 Ingo 02973 818 478
 Jan 0171 173 61 64
 Maria 0160 330 59 46
 Thomas 0171 865 79 69

Datum	Zeit	Veranstaltung
11. Januar	10:00	Neujahrsempfang im Ruderclub Gemütlichem Brunch ins neue Jahr
11. März	19:30	Generalversammlung im Clubhaus, Rückblick, Ausblick, Vorstandswahlen ...
12. April	14:30	Anrudern Bei Wind und Wetter geht's endlich wieder los ...
02./ 03. Mai		Allgemeiner RUDER-Schnupperkurs Ein Ruder-Lehrgang für alle, die schon immer mal auf einem richtigen Rollsitze Platz nehmen wollten.
13./ 14. Juni		Ausdauer-Rudern auf dem Hennesee
21. Juni	10:00	Volleyball Beach Masters Turnier Heimische Vereine messen sich auf unserem Beach-Feld
29. Juli bis 02. August		Wanderfahrt auf Berliner Gewässern Wanderrudern vom Feinsten ...
Termin folgt		Wiking-Sternfahrt in Berlin, Teilnahme mit dem RC Brandenburgia, Jedes Jahr ein ganz großes Erlebnis ...
25. Oktober	14:30	Abrudern Offizielles Ende der Rudersaison
06. Dezember	15:00	Adventsfeier Im Clubraum des RCM
24. Dezember	14:00	Weihnachtsrudern Traditionell geht es Heiligabend noch einmal in die Boote.
10. Januar 2016	10:00	Neujahrsempfang am Clubhaus, Es gibt wieder leckeren Brunch ...

Mitglieder des Vorstands

1. Vorsitzender
Im Schwarzen Bruch 60
59872 Meschede

Bernd Kotthoff, 01 77- 2 38 36 80
vorsitz@runderclub-meschede.de

2. Vorsitzender Verwaltung
Birrecker Weg 22
59872 Meschede

Birgit Andreas, 01 51-21 32 79 47
verwaltung@runderclub-meschede.de

2. Vorsitzende Sport
Kupferstraße 10
59889 Eslohe

Ingo Biedermann, 0 29 73- 81 84 78
sport@runderclub-meschede.de

Kassenwart
Hainbuchenweg 10
59872 Meschede

Manfred Knecht, 02 91- 83 88
finanzen@runderclub-meschede.de

Schriftführer
Norbert-Fischer-Straße 11a
59872 Meschede

Josef Schröder, 02 91- 9 08 14 44
schriftfuhrer@runderclub-meschede.de

Presse- und Öffentlichkeits-Wartin

Kathrin Koppe-Bäumer
kkoppe-baeumer@web.de

Haus- und Geländewart
Im Hinterfeld 6, 59909 Bestwig

Uwe Berghoff, 0 29 04- 61 21
vermietung@runderclub-meschede.de

Bootswart
Steinstraße 18
59872 Meschede

Christian Ungemach
bootswart@runderclub-meschede.de

Ruderwart
Auf'm Brauk 4
59872 Meschede-Calle

Thomas Düking, 02 91- 9 08 12 70
rudern@runderclub-meschede.de

Wanderruderwart
Ostsraße 37
57392 Schmallenberg

Hans-Christian Ernsting
wanderrudern@runderclub-meschede.de

Jugendleiter
59872 Meschede

Maria Kleinsorgen
jugendleiter@runderclub-meschede.de

Mitglieder Verwaltung:
Neuaufnahmen, Änderungen,
Kontoeinzug, Kündigungen

Christa Kleinsorgen
mitglieder@runderclub-meschede.de

Trainer

Sebastian Mohr
Maria Kleinsorgen
trainer@runderclub-meschede.de

Verschiedenes

Jan Bernd Harren

Die Liste der Vorstandsmitglieder ist gültig seit der RCM-Mitgliederversammlung vom 12. März 2014.
Bankverbindung: Sparkasse Meschede, BIC: WELADED1MES, IBAN: DE18464510120000004184

Herzlichen Dank an unsere Sponsoren:

