



Veröffentlicht auf *Franz-Marc - Grundschule Berlin -Tegel* (<http://fm-gs.de>)

[Startseite](#) > Ruder-AG

Ruder-AG ^[1]



Bild © MisterSynergy / Wikimedia Commons [[Lizenz](#)][2]

Rudern ist ein naturverbundener Wassersport. Er verbindet Kraft und Ausdauer, Teamgeist und Dynamik. Zu fast allen Jahreszeiten kann man Flüsse und Seen mit dem Boot erkunden.

In Deutschland hat Rudern eine über 150-jährige Tradition. Heute ist Rudern nicht nur Wettkampfsport und Olympische Disziplin, sondern auch ein für jedermann geeigneter Breitensport. Ganz gleich, ob man dabei lieber allein oder im Team aktiv wird, vom Einer bis zum Achter findet sich für jeden Wunsch das passende Boot. Um regelmäßig zu rudern, sollte man zwar aus dem Grundschulalter heraus sein, nach oben hin gibt es aber bis ins hohe Alter keine Grenze. Da Rudern ein sehr geringes Verletzungsrisiko birgt und schonend alle Muskelgruppen beansprucht, eignet es sich für jeden Fitnessgrad. So engagieren sich immer

mehr Vereine auch im Handicap-Rudern, das behinderten Menschen die Möglichkeit zur sportlichen Betätigung bietet.

Der See liegt zum Greifen nahe!

Die **Ruder-AG** findet ganzjährig freitags nach der 6. Stunde bis ca. 15:15 Uhr im Bootshaus des RC Tegel 1886 e.V. ^[3], Gabrielenstraße 83 (direkt hinter der Sechserbrücke) statt.

Alle, die sich diese Chance nicht entgehen lassen wollen, melden sich bitte bei Frau Lindner (Lehrerin der FMG) oder bei Herrn Zimmer (erfahrener Jugendtrainer des RC Tegel ^[3])!

[Größere Karte anzeigen](#)^[4]

Kategorien:

[Abenteuer Lernen ? Sport](#) ^[5]

(c) Franz-Marc-Grundschule · Treskowstraße 26?31 · D-13507 Berlin · Fon +49-30 4339792

Quell-URL (modified on 07.12.2014 - 12:36): http://fm-gs.de/de/pp_abenteuer-lernen_sport-rudern

Links

[1] http://fm-gs.de/de/pp_abenteuer-lernen_sport-rudern

[2] <http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Kinderboot.JPG?uselang=de>

[3] http://fm-gs.de/pp_kooperationen_vereine-rctegel

[4]

<http://www.openstreetmap.org/?lat=52.58985&lon=13.276185&zoom=15&layers=M&mlat=52.58>

[5] http://fm-gs.de/de/tax_pp_abenteuer-lernen_sport