



Herzliche Einladung
zum Landheim Ammersee (online) Ruderergometercup 2022

Sa, 19. März 2022 | 14.00 – 21.00 Uhr



Liebe Sportsfreunde des Ergometer Kraftgerätes & Freunde des Landheim Ammersees,

auch in diesem Jahr werden wir unseren Landheim Ergometercup im olympischen Geist veranstalten.

Dazu laden wir Sie herzlich ein und freuen uns über viele Teilnehmer die unseren Wettkampf bereichern: Aufgerufen sind hier Schüler wie ihre Eltern, Mitarbeiter des Landheims aus Internat, Schule und Verwaltung als auch Mitglieder der Vereine oder auch die „Ergomadcaps“-Einzelkämpfer.

Gestartet wird in unterschiedlichen Alters- und Startgruppen welche sich online per Video zuschalten. Freude, Gemeinschaftserlebnis und der Wettkampfgeist sind somit auch in dieser Form garantiert.

Um teilzunehmen benötigt man lediglich ein Ruderergometer sowie ein Endgerät mit Kamera und Internet. Nach Wunsch und Absprache können auch Landheim Ergometer in der Sporthalle genutzt werden.

Die Infos im Überblick:

- Samstag 19.03.22 von 14.00 Uhr–21.00 Uhr
 - Angetreten wir in den Altersgruppen 12–13 Jahre, 14–15 Jahre, 16–17 Jahre und 18 Jahre aufwärts
 - In der Altersgruppe 12–13 Jahre rudern wir ausschließlich 1.000 Meter
 - Für alle weiteren Altersstufen stehen entweder 2.000 Meter rudern oder 30 Minuten rudern zur Auswahl
 - Der Wettkampf erfolgt in zeitlich versetzten Startgruppen, gemeinsam mit der eigenen Altersgruppe und Distanz
 - Alle Anmeldungen bitte bis Freitag 11.03.22 senden an: adrogat@landheim-ammersee.de oder shohagen@landheim-ammersee.de
 - Die Einladung zur Videokonferenz der Startgruppe erfolgt nach der Anmeldung.
-