

## Möchten Sie einmal den Altenrhein im Kajak erkunden?

vom Paddel Club Rheineck (PCR) bieten wir wöchentlich einen Trainingsabend an, an welchem Sie unverbindlich teilnehmen können.

Bitte melden Sie sich zwei Tage im voraus bei Felix Wirz unter der Nummer 071 880 09 76 an.

## Trainingsdaten 14/15 vom Paddel-Club-Rheineck

### Sommer Training PCR

Von 19.00 - ca. 20.30

TAG	DATUM	LEITER
Di	06. Mai	Thomas
Do	15. Mai	Felix
Di	20. Mai	Werner
Do	05. Jun	Alex
Do	12. Jun	Felix
Di	17. Jun	Thomas
Do	26. Jun	Werner
Di	01. Jul	Alex
Di	22. Jul	Thomas
Di	12. Aug	Ramon
Do	21. Aug	Felix
Do	28. Aug	Ramon
Do	02. Sep	Ramon

### Winter Training KCSG und PCR

Im Hallenbad Blumenwies  
20.45 - 22.00 Uhr

Datum	LEITER
07. Nov	PCR Felix
14. Nov	KCSG
21. Nov	PCR Felix
28. Nov	KCSG
05. Dez	PCR Werner
12. Dez	KCSG
19. Dez	PCR Thomas
02. Jan	KCSG
09. Jan	PCR Alex
16. Jan	KCSG
23. Jan	PCR Felix
30. Jan	KCSG
06. Feb	PCR Werner
13. Feb	KCSG
20. Feb	KCSG
27. Feb	PCR Felix

Unser Wintertraining führen wir gemeinsam mit dem Kanuclub St. Gallen (KCSG) im Hallenbad Blumenwies in St. Gallen durch.

Hier haben Sie die Möglichkeit im ruhigen, klaren und warmen Wasser die Eskimorolle zu erlernen.

### **Wildwasserfahrt auf der Sitter oder Thur**

Für die Teilnahme an einer Flussfahrt müssen vorgängig mindestens 2 Trainingsabende besucht werden.