Emder Ruderv	rerein	Gymnastikhalle		<u>2025</u>			
					Gymn.halle geschlossen ab 21:00		
Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
3:00 - 09:00							
9:00 - 10:00			09:35-10:35 Fitness für alle mit Martina Podeschwa				
:00-11.00	09:30-10:30 Fitness für alle mit Martina Podeschwa					10:00-13:00 Uhr	10:00-13:00 Uhr
:00 - 12:00	11:30-14:30 MAX Schulrudern	11:30-14:30 MAX Schulrudern		11:30-14:30 MAX Schulrudern		ERV Trainingsgruppe	ERV Trainingsgruppe
2:00 - 13:00							
3:00 - 14:00 4:00 - 15:00			44.45 46.00 Vogo Er Singloff		15:30 -17:30 Kinder		
5:00 - 16:00	ERV Trainingsgr. Junior/in + Kinder 16:00-18:00	15:30 - 16:45 Yoga Fabi Fr. Siegloff feste Gruppe	14:45 -16:00 Yoga Fr. Siegloff feste Gruppe		Gymnastik, Fitness u. Spiele		
		ERV Junior/in 17:00-19:00 /18:15			Trainingsgruppe		
6:00 - 17:00 7:00 - 18:00		17:00 -18:00 Fitness für alle mit Martina Podeschwa im <b>Saal</b>	IGS /JAG	16:30 -19.00 Uhr ERV Trainingsgruppe			
3:00 - 19:00		Jeden 2.Dienstag im Monat 18:15 bis 19:15 Spinnig	18:00-19:00 ERV Fitness f. Damen mit Hübbi	19:15 Teamrowing Ilka			
bis 19:15		19.00 bis 20:00 Uhr Spinnig mit Melanie	19:00 - 20:00 Teamrowing mit Hartmut - Ruderergometer				
ab_19:30	19:30 Gymanstik Senior Masters H. Bakker bis 21:00						
0:00 - 21:00			Absurdo ab 20:15				
		Meditatives Tanzen Termine: jeden 2. Dienstag im Monat 19:30 -21:00 geschlossene Gruppe					
 					Hallenbenutzung nur mit verantw.	Gruppenleiter möglich !	
egende :	letzter Einlaß über Türkarte 20:30						Änderungen nur nach Rücksprache mit dem Vorstand

Emder Rude	rverein	Kraftraum				Kraftraum		
		letzter Einlaß Kraftraum : Mo-Fr.		20:00	Kraftraum geschlossen Mo- Fr. ab 21:00		Sa /So ab 18:00 ! geschloßen	
Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Öffnungszeit	08:00 bis 21:00	14:00 bis 21:00	08:00 bis 21:00	08:00 bis 21:00	08:00 bis 21:00	09:00 bis 18:00	10:00 bis 18:00	
08:00 - 09:00		geschlossen						
09:00 - 10:00		geschlossen					     	
10:00 - 11:00		geschlossen	OffenesTraining		OffenesTraining	ERV Trainingsgr. 10:00 - 13:00	ERV Trainingsgr. 10:00 - 13:00	
11:00 - 12:00	OffenesTraining	geschlossen	Offenes Training	OffenesTraining	OffenesTraining	Junioren und	ERV Trainingsgr.	
12:00 - 13:00	OffenesTraining	Offenes Training	Offenes Training	Offenes Training	OffenesTraining	JuM	ERV Trainingsgr.	
13:00 - 14:00	OffenesTraining	Offenes Training	Offenes Training	Max Schule 13:45-15:15	OffenesTraining			
14:00 - 15:00	Offenes Training	Offenes Training	Offenes Training	Max Schule 13:45-15:15	Offenes Training	Offenes Training 14:00 - 18:00	Offenes Training 14:00 - 18:00 ohne Musik	
15:00 - 16:00	Offenes Training	Offenes Training	Offenes Training	Offenes Training	ERV Kinderabteilung	Offenes Training	Offenes Training, ohne Musik	
16:00 - 17:00	Offenes Training	Offenes Training	Offenes Training	Offenes Training		Offenes Training,	Offenes Training, ohne Musik	
17:00 - 18:00	ERV Kinderabteilung 17:00-19:00	Offenes Training	ERV Kinderabteilung 17:00-19:00	Offenes Training	ERV Trainingsgruppe 15:30-19:00	Offenes Training bis 18:00	Offenes Training bis 18:00 ohne Musik	
18:00 - 19:00	ERV Kinderabteilung 17:00-19:00	Offenes Training	ERV Kinderabteilung 17:00-19:00	Offenes Training		geschlossen geschlossen		
19:00 - 20:00	ERV Senior Masters H.Bakker 18:30-19:30	Offenes Training	Offenes Training	Offenes Training	Kinder-Abteilung	geschlossen		
20:00 - 21:00	Offenes Training bis 21:00	Offenes Training bis 21:00	Offenes Training bis 21:00	Offenes Training bis 21:00	Offenes Training bis 21:00	geschlossen	geschlossen	
nach 21:00	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen		
					geschlossen	geschlossen	geschlossen	
Legende :	letzter Einlaß über Türkarte 20:30	frei für alle Mitglieder offenes Training	geschlossene Gruppe Masters/ Erwachs.	geschlossene Gruppe Training Rennrudern	Kinder geschlossene Gruppe	Kraftraum Mo-Fr. ab 21:00 geschlossen; Sa-So ab 18:00 geschlossen	Änderungen nur nach Rücksprache	