



## **Rudern, eine Idee für Ihren Anlass ?**

### **Der Seeclub Thun hilft Ihnen bei der Umsetzung**

#### **Betriebsausflug, Kaderanlass, Teambuilding**

Sie planen einen Anlass, während dem sich die Teilnehmenden sportlich betätigen?  
Sie suchen eine Möglichkeit, die theoretischen Grundlagen aus einem Teambuilding-Seminar in die Praxis umzusetzen?

#### **Warum nicht rudern?**

Rudern...

- verbindet Kraft, Ausdauer und Technik;
- trainiert den ganzen Körper;
- schafft Teamgeist;
- ist Ausgleich zum Alltagsstress;
- bietet einmalige Naturerlebnisse und die Verbindung zum beruhigenden Element Wasser.

Wenn Sie interessiert sind, einen faszinierenden und besonderen Sport in Ihren Anlass einzubinden, dann sind Sie bei uns genau richtig.

## **Möglicher Ablauf eines Anlasses**

- Theoretische und praktische Einführung an Land
- Sicherheitsvorschriften
- Ruderausfahrt auf dem Aarebecken oder dem unteren Thunersee (je nach verfügbarer Zeit)
- Rückfahrt zum Bootshaus
- Getränk und Snack im Bootshaus (bei Bedarf ist auch ein einfaches Essen im Bootshaus möglich)

**Ein Anlass, wie oben skizziert benötigt ca. 3 Stunden an Zeit.**

## **Teambuilding**

Rudern eignet sich besonders gut für praktisches Teambuildingtraining. Gerne sind wir bereit, mit Ihren Teambuildingtrainern zusammenzuarbeiten und ein angepasstes Programm auszuarbeiten.

## **Anzahl Teilnehmer und Kosten**

Teilnehmerzahl: Nach Absprache. Je nach Teilnehmerzahl muss der Zeitplan angepasst werden.

Preis je nach Programm, nach Absprache.

## **Ort**

Der Anlass startet und endet bei unserem Bootshaus am Scherzligweg 28, nahe bei der Schiffsanlegestelle am Bahnhof Thun. Das Bootshaus ist mit dem öffentlichen Verkehr und per Fahrrad bestens erreichbar. Es stehen keine Autoparkplätze zur Verfügung.

## **Ausrüstung**

Sportbekleidung (eng anliegend); Turnschuhe; Sonnen- und Regenschutz.

## **Sicherheit**

Gute Schwimmfähigkeiten sind unerlässlich. Schwimmwesten werden zur Verfügung gestellt.

Versicherung ist in der Verantwortung der Teilnehmenden.

## **Kontakt / Anmeldung**

Sind Sie interessiert, so melden Sie sich bei uns.

### **SEECUB THUN**

[vorstand@seeclubthun.ch](mailto:vorstand@seeclubthun.ch) oder über das Kontaktformular auf unserer Website [seeclubthun.ch](http://seeclubthun.ch).

Gerne stellen wir für Sie ein Programm nach Ihren Bedürfnissen zusammen.

