



# DJK Ruhrwacht e. V. Mülheim an der Ruhr

Mitglied im Deutschen Kanuverband durch den Kanuverband NRW  
Mitglied im Westdeutschen Skiverband



Kanurennsport

Kanupolo

Kanuwandern

Kanu-Drachenboot

Gymnastik

Ski

## AFTER WORK PADDLING bei der DJK Ruhrwacht e.V.



Datum: Mittwoch, 24. Juli 2019

Uhrzeit: 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Treffpunkt: Bootshaus, Mintarder Str. 19, 45481 Mülheim

### Kurzbeschreibung

In den Sonnenuntergang paddeln, das verspricht Entspannung nach einem intensiven Tag

### Detailbeschreibung

Nach einer kurzen Einführung in das Stand Up Paddling, den Kanuwandersport, den Outrigger-Sport oder Drachenbootssport, geht es gleich ab auf's Wasser. Hier könnt ihr gemütlich den Tag ausklingen lassen! Genießt nach der Paddlerunde noch die einzigartige Kulisse der Ruhrauen am Bootshaus der DJK Ruhrwacht - entspannt, mit einem köstlichen Getränk oder einer köstlichen Speise in der Hand.



### Leistungsbeschreibung

- > SUP Board & Paddle, Kanuwandern, Outrigger, Drachenboot
- > Einweisung durch erfahrene Trainer und Betreuer

### Teilnahmevoraussetzungen

- > Schwimmkenntnisse erforderlich
- > für alle Einsteiger die den Kanusport ausprobieren möchten geeignet
- > Teilnahmegebühr: 5,00 Euro

### Was Sie mitbringen müssen

- > Sportbekleidung
- Handtuch
- > Wechselkleidung



-> -

-> -

->

Um Voranmeldung unter [info@djk-ruhrwacht.de](mailto:info@djk-ruhrwacht.de) oder telefonisch 0208 / 483071 dienstags (9 Uhr bis 12 Uhr) oder donnerstags (16 Uhr bis 19 Uhr) über die Geschäftsstelle wird gebeten.

[www.djk-ruhrwacht.de](http://www.djk-ruhrwacht.de) - [info@djk-ruhrwacht.de](mailto:info@djk-ruhrwacht.de)