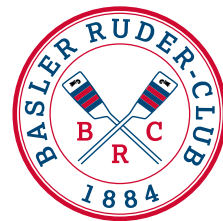


# Infoblatt BRC Anfänger- und Fortgeschrittenenkurse 2026



## Kursaufbau

### A. Schnupper-Training

### B. Anfänger-Kurs

### C. Fortgeschrittenen-Kurs (6x begleitet im Rahmen des Allgemeinruderns)

Nach dem Anfängerkurs findet eine Beurteilung statt, ob die Teilnahme am Fortgeschrittenenkurs sinnvoll ist.

#### Kosten:

Schnupper-Training CHF 50.– | Anfängerkurs: CHF 400.– | Fortgeschrittenenkurs: CHF 250.–

#### Inhalt:

Diverse Inhalte (Einführung ins Rudern, Infrastruktur, Boots- und Materialkunde bis zur Praxis auf dem Rhein) sind planmässig in die Kurseinheiten eingeteilt. Daher sollte jede Kurseinheit besucht werden.

\*Terminverschiebungen sind wetterbedingt (Hochwasser, Gewitter, Sturm, etc.) möglich. Beachte bitte deshalb auch die Reservetermine!

#### Ziel:

Die Kurse sind eine BRC-interne Ausbildung mit dem Ziel, neue Club-Mitglieder zu gewinnen. Es werden keine Zeugnisse/Zertifikate ausgestellt.

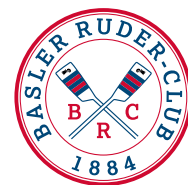
#### Clubbeitritt und Voraussetzungen für die spätere Ausübung des Rudersports als Mitglied des BRC

Ein allfälliger Beitritt zum BRC richtet sich – nach erfolgreichem Abschluss von Anfänger- und Fortgeschrittenen-Kurs – nach Massgaben der Clubstatuten. Weitere Informationen auf der BRC-Homepage. Nach dem Clubbeitritt darf an beiden Standorten gerudert werden.

### A. Schnupper-Training

Sonntag	08. März 2026	9.00 – 12.00 Uhr	13.30 – 16.30 Uhr
Sonntag	15. März 2026	9.00 – 12.00 Uhr	

**Ort: Rheinhalde (Riehen), Grenzacherstrasse 536, 4125 Riehen**



## B. Anfängerkurs

### Termine\*:

Freitag	17. April 2026	18.00 – 20.00 Uhr	
Samstag	18. April 2026	10.30 – 13.00 Uhr	14.00 – 16.00 Uhr
Sonntag	19. April 2026	10.30 – 13.00 Uhr	14.00 – 16.00 Uhr
Samstag	25. April 2026	10.30 – 13.00 Uhr	14.00 – 16.00 Uhr
Sonntag	26. April 2026	10.30 – 13.00 Uhr	14.00 – 16.00 Uhr

### Ersatztermine:

Samstag	09. Mai 2026	10.30 – 13.00 Uhr	14.00 – 16.00 Uhr
Sonntag	10. Mai 2026	10.30 – 13.00 Uhr	14.00 – 16.00 Uhr

Ort: Rheinhalde (Riehen), Grenzacherstrasse 536, 4125 Riehen und Fuchsloch, 4103 Kaiseraugst

## C. Fortgeschrittenen-Kurs

(6x begleitete Teilnahme innerhalb von 2 Monaten im Rahmen des Allgemeinruderns)

### RHEINHALDE (RIEHEN)

Mittwoch	18.15 – 20.15	Samstag	9.00 – 11.00 Uhr
----------	---------------	---------	------------------

Ort: Rheinhalde (Riehen), Grenzacherstrasse 536, 4125 Riehen

### KAISERAUGST (FUCHSLOCH)

Dienstag	18.30 – 20.30	Sonntag	8.15 – 10.15 Uhr
----------	---------------	---------	------------------

Ort: Fuchsloch, 4103 Kaiseraugst

## Last but not least

Rudern ist ein anspruchsvoller Sport: Koordination, Beweglichkeit und Konzentration sind essentiell. Zudem ist Rudern ein Team-Sport, für den es soziale Kompetenz und Verbindlichkeit braucht. Ein funktionierendes Clubleben ist nur durch ehrenamtliches Engagement jedes Einzelnen möglich.

Wir bitten Du eine einfache Selbsteinschätzung vorzunehmen. Kannst Du die nachfolgenden Aussagen bestätigen oder verneinen?

- Ich bin jünger als 65 Jahre
- Ich kann über 5 km schneller als in 37,5 Minuten joggen
- Ich kann 20 kg (1/4 des Gewichts eines Vierer-Freizeit-Boots) heben und tragen
- Ich habe genug Freizeit, um kleine freiwilligen Aufgaben im BRC (1 Stunde pro Woche in der Saison oder 30 Stunden einmalig) im BRC zu übernehmen

## Noch Fragen???

Dann wende Dich bitte an Sibylle Reinberg (Leiterin Breitensport)

Mobile 078 617 72 35 oder per Email [breitensport@basler-ruder-club.ch](mailto:breitensport@basler-ruder-club.ch)