

Treten Sie ein.



krebsliga solothurn

Rudern auf der Aare

Schnupperkurs vom Solothurner Ruderclub

Dienstag, 22. September 2026 | 17.00 Uhr

Bootshaus des Solothurner Ruderclubs

Römerstrasse 29, Solothurn



Schnupperkurs Rudern auf der Aare – ein Naturerlebnis auf dem Wasser

Die Krebsliga Solothurn lädt am Dienstag, 22. September 2026, von 17.00 bis 19.30 Uhr zu einem besonderen Schnupperkurs im Solothurner Ruderclub ein. Rudern ist eine ganzheitliche Sportart, die Ausdauer, Kraft, Gleichgewicht und Koordination fördert – und gleichzeitig ein eindrückliches Naturerlebnis auf der Aare bietet. Der Kurs richtet sich an Krebsbetroffene wie auch an Angehörige und Interessierte, die in einer unterstützenden Atmosphäre etwas Neues ausprobieren möchten.

Unter fachkundiger Anleitung erhalten die Teilnehmenden einen ersten Einblick in diese Sportart. Nach einer Einführung an Land geht es gemeinsam aufs Wasser, wo das Zusammenspiel im Boot, das ruhige Gleiten und die Energie der Bewegung erlebt werden können. Rudern stärkt nicht nur den Körper, sondern auch das Gemeinschaftsgefühl – ein wertvoller Aspekt für Menschen, die nach einer Erkrankung wieder Vertrauen in ihre eigene Kraft aufbauen wollen.

Die Teilnahme ist kostenlos, die Platzzahl jedoch beschränkt. Eine frühzeitige Anmeldung wird empfohlen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig für eine Teilnahme.

Anmeldung

info@krebsliga-so.ch / 032 628 68 10 (Mo bis Fr vormittags)

Für unseren Umgang mit Personaldaten siehe krebsliga.ch/datenschutz.

Ein gemeinsames Projekt



krebsliga solothurn