

**RICHTLIJNEN aspirant recreatieroeiers**

* afspraak maken met begeleiders per e-mail : [rudi.boudry@telenet.be](mailto:rudi.boudry@telenet.be) of byl.frank@gmail.com
* kunnen zwemmen
* goed aansluitende sportkledij (bvb fietskledij)
* sportschoenen met smalle hiel (géén joggingschoenen !)
* aansluiting als aspirant lid voor min. 2 maanden à 80 €
* Volwaardig lid : bijdrage 220 €.
* Zaterdag en zondag van 10u tot 12 u. (aanwezigheid 5 min voor aanvangstijd !)
* Eens men lid is kan men een bekwaamheidsproef afleggen; indien geslaagd kan in de week na 17u ook geroeid worden mits afspraak met de aanwezige trainers.