

Roeien in Gramsbergen

Een leuke sport voor een betere conditie!

Er is niet veel watersport in onze regio, maar wat er is, is schitterend. Dat is de ervaring van de roeiers bij Roeivereniging Salland in Gramsbergen. Daar kun je roeien op een van de mooiste rivieren van Nederland, de Vecht - het is sportief genieten van de omgeving. De loodsen liggen aan het kanaal Almelo-de Haandrik. Na een kleine kilometer roei je de Vecht op en kun je een heel eind Duitsland in.

Roeien is een zeer gezonde sport. Er is geen gewichtsbelasting op het lichaam, er wordt zo hard men wil getrapt met de benen, getrokken met de armen, met toevoeging van buik- en rugspieren. Alle spieren gebruik je dus, zonder dat de gewrichten belast worden. Dat levert op een prettige manier een superconditie op. En je kunt het doseren op elk gewenst niveau.

Roeien moet je wel leren, het is niet instappen en wegvaren. Veel leden van de vereniging zijn instructeurs en helpen je op weg. Geleidelijk aan kun je dan bevoegdheden krijgen waardoor je steeds meer zelfstandig, alleen of in een ploeg, kunt gaan roeien. Wij bieden een introductiecursus van 4 keer aan voor € 25 waarin je kunt ervaren wat het is. Daarna kun je kiezen of je ermee verder wilt.

Leden van de Roeivereniging Salland komen uit vele omliggende plaatsen, zoals Hardenberg, Coevorden, Dedemsvaart, Balkbrug, Ommen, Emmen, enzovoort. Roeien kun je vanaf je tiende jaar en volhouden tot na je tachtigste - meerdere leden bewijzen dat!

Heb je belangstelling? Kijk op de site en neem contact op. Of kom op een zaterdagochtend eens langs, dan wordt er veel geroeid en kun je altijd wel iemand aanspreken.

Roeivereniging Salland
Kanaaldijk West 2A
7783 DB Gramsbergen
Tel: 0524-561115

info@salland-roeien.nl
www.salland-roeien.nl

2016

