



Hessische Ruderjugend

im Hessischen Ruderverband e.V. |



19. Rowletics (Talentiade) der Hessischen Ruderjugend

Die Rowletics sind ein wichtiger Wettkampftest, der Trainern und Sportlern einen Überblick über die aktuelle Leistungsfähigkeit in allen motorischen Fähig- und Fertigkeiten gibt. Leider wird dieser aus gegebenem Anlass in diesem Jahr nicht wie gewohnt ausgetragen werden können. Trotzdem versuchen wir, eine adäquate und lageangepasste verantwortungsvolle Wettkampfalternative anbieten zu können. So steht in diesem Jahr nicht das Erzielen von Bestleistungen im Vordergrund, woraus Ableitungen für die nächste Trainingsphase getroffen werden können, sondern das Durchhalten und Dranbleiben.

Um die Ergebnisse und das Durchhaltevermögen des einzelnen Sportlers mit Sportlern aus seiner Altersklasse aus Hessen vergleichen zu können, versuchen wir durch genaue Vorgaben, Abweichungen an verschiedenen Testorten oder Zeitpunkten so gering wie möglich zu halten. Trotzdem bauen wir hier voll und ganz auf den FairPlay-Gedanken eines jeden, welcher nach unserem Verständnis für Sportler allerdings selbstverständlich sein sollte.

Um jedem die Möglichkeit der Teilnahme an der Rowletics 2021 trotz örtlicher Einschränkungen zu ermöglichen, bieten wir zwei Wettkämpfe an.

Einen Lauf/Athletik und einen Ruderergometer/Athletik Wettkampf.

Ob ihr einen oder beide Wettkämpfe absolviert, bleibt euch überlassen

Was Ihr für die zwei Wettkämpfe benötigt und wie diese ablaufen, seht ihr in den Übungsbeschreibungen.



Videos und Fotos von eurer Teilnahme könnt ihr gerne an uns auf Instagram (hessische_ruderjugend) schicken, online stellen oder live gehen um euch von eurem Verein anfeuern zu lassen.

Bei Fragen könnt ihr euch gerne per Mail oder Instagram bei uns melden.



Hessische Ruderjugend

im Hessischen Ruderverband e.V.



Ausrichter: Hessische Ruderjugend

Zeitraum: Freitag der 5. Februar 2021
bis Sonntag den 21. Februar 2021

Ort: Bei euch zuhause oder in eurem Verein/Club

Meldeschluss: **Gibt es keinen. Schickt uns einfach eure Ergebnisse.**

Meldegeld: Kostenlos!!!

Einsendeschluss der Ergebnisse: **Mittwoch 24. Februar 2021, 20.00 Uhr;**
nur per Email durch Übersendung der
Meldeliste durch dich oder deinen Trainer
an:

**jugendausschuss@hessischeruderjugend.de oder per
Instagram**

Folgende Infos brauchen wir von die:

- **Name**
- **Altersklasse**
- **Verein**
- **Deine Zeit (Ergebnis) (Bild von deiner Laufapp)**
- **An welchem Wettkampf hast du Teilgenommen**

Teilnehmer: Jungen und Mädchen der Altersklasse 14, 13, 12, 11 Jahren und jünger, die Mitglieder in der HRJ angeschlossenen Vereinen sind.



Hessische Ruderjugend

im Hessischen Ruderverband e.V.



Inhalte: Die konkreten Beschreibungen der Übungen werden unter www.HessischeRuderjugend.de veröffentlicht.

Preise: Die ersten drei der jeweiligen Altersklassen erhalten einen Sachpreis von der HRJ, welcher auf dem Landesentscheid übergeben wird.
(Pro Teilnehmer investiert die HRJ 2€ in den Preis)

Der erfolgreichste Verein erhält einen Überraschungssachpreis, welcher auf dem nächsten Landesentscheid übergeben wird.
(Pro Teilnehmenden Verein investiert die HRJ 15€ in den Preis)

Sachpreise für das erfolgreichste Rowletics Video auf Instagram, wenn die Hessische Ruderjugend markiert wurde.
(Pro Viewer/Zuschauer 0,10€)

Sachpreise für das erfolgreichste Rowletics Foto auf Instagram, wenn die Hessische Ruderjugend markiert wurde.
(Pro Like 0,10€)

Also Motiviert Euch gegenseitig, um die Preise zu pushen und am Ende gemeinsam gesund und fit in die nächste Saison zu starten!

Unsere Message an EUCH!

**Es geht nicht darum von heute auf morgen der/die Beste zu sein,
sondern es geht darum besser als gestern zu sein!**



Foto: Eric Baumann

