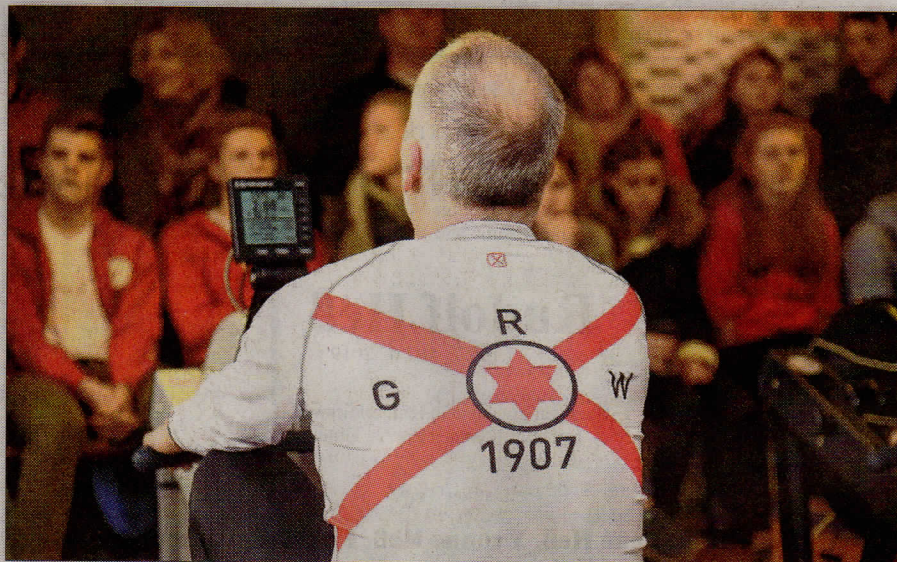




derung von Beruf, eigener Erkrankung und Betreuung des an Demenz erkrankten Ehemannes für diesen weiter kämpft. In guten und in schlechten Zeiten?! Für Brigitte nicht nur ein Spruch, den sie vor vielen Jahren zu ihrer Hochzeit auf sagte, son-

beitsamer, sportlicher Typ. Einlass ist um 18 Uhr und der Vortrag beginnt um 18:30 Uhr für die Dauer von etwa zwei Stunden. Der Eintritt ist frei, Brigitte Brzeski bittet um eine Spende zu Gunsten der Selbsthilfe für pflegende Angehörige „wir pflegen NRW“.



So legt man sich richtig ins Zeug!

Foto: privat

## RTG-Ruderer laden ein zu Wettkampf und Vergleich

Anmelden zur zweiten Indoor Rowing-Stadtmeisterschaft

**WESEL.** Der Stadtsportverband Wesel veranstaltet in Kooperation mit der Ruderteilung der Ruder- und Tennisgesellschaft Wesel (RTGW) die 2. Weseler Stadtmeisterschaft im Indoor Rowing.

Der Wettkampf findet am Sonntag, 24. März, ab 11 Uhr im Bootshaus der RTGW, Am Yachthafen 7 statt. Gerudert wird auf modernsten Concept 2-Ruderergometern über eine Distanz von 2000 Metern. Unterteilt nach Altersklassen, Geschlechtern sowie nach Leicht- und Schwergewicht werden die

Rennen gefahren. Das Ziel ist es, möglichst nah an die Zeit des jeweiligen Weltrekordhalters heranzukommen.

Den Titel gewinnt der Teilnehmer, der die geringste prozentuale Abweichung schafft, nicht zwangsläufig der schnellste Ruderer. Der bestplatzierte Nichtrunderer erhält wieder einen Gutschein für einen kostenlosen Ruderkurs der RTGW. Einen neuen Sonderpreis gibt es für das beste Duo „Kind mit Elternteil“.

In einem Lauf treten jeweils sechs Ruderer gegeneinander an. Die Ergometer

sind untereinander vernetzt, so dass Teilnehmer und Zuschauer den Rennverlauf auf einer Leinwand live mitverfolgen können. Teilnehmen kann, wer in Wesel wohnt oder einem Weseler Sportverein angehört. Das Startgeld beträgt zehn Euro für Erwachsene, Kinder und Jugendliche zahlen fünf Euro.

Meldeschluss für die Stadtmeisterschaft im Indoor Rowing ist am Samstag, 16. März. Anmeldungen unter [ergoregatta@rudern-wesel.de](mailto:ergoregatta@rudern-wesel.de), Unterlagen und Informationen auch unter [www.rudern-wesel.de](http://www.rudern-wesel.de)