



# Niveaus Rudern

## N1

Teilnehmende müssen in der Lage sein, 300 Meter am Stück mühelos zu schwimmen.

Da die Kursinhalte aufbauend sind, wird eine lückenlose Teilnahme im Kurs erwartet.

## N2

Teilnehmende müssen in der Lage sein, 300 Meter am Stück mühelos zu schwimmen.

Absolvierter Basiskurs oder gleichwertige Ruder-Kenntnisse.