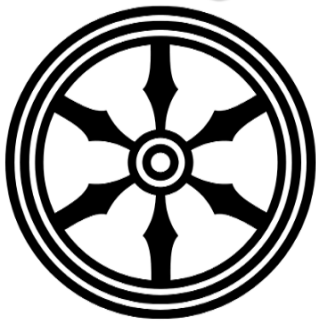


Der Ergo-Marathon am Ratsgymnasium  
**Night of the Ergs**



**Ratsgymnasium Osnabrück**  
**- Ruderriege -**

Hans- Böckler-Str. 12, 49074 Osnabrück - Telefon: 0541/323-4383, Fax: 0541/323-2706 - Hartwig Ahrens und Marcus Funke

## Night of the Ergs 2017

Der Ergo-Marathon am Ratsgymnasium

- Wann?** **3. & 4. Februar 2017;**  
von 17 Uhr am 03. Februar,  
bis 9 Uhr am 04. Februar
- Wo?** Im D-Gebäude  
**Ratsgymnasium Osnabrück**  
Hans-Böckler Str. 12  
49074 Osnabrück
- Wer?** **Alle Schülerinnen und Schüler** des Ratsgymnasiums,  
alle Lehrerinnen und Lehrer, alle Freunde der  
Ruderriege.
- Was?** **Ziel für die Jgst. 5 & 6** ist es, einen **Halbmarathon** (21,1  
km) auf dem Ruderergometer zu absolvieren.  
**Ziel für die Jgst. 7 bis 12** ist es, einen **Marathon** (42,2  
km) auf dem Ruderergometer zu absolvieren.
- Kosten?** **15€ Startgeld pro Person** für: Verpflegung (Getränke,  
warmes Abendessen, Frühstück)
- Alle Teilnehmer, die das entsprechende Ziel erreichen, bekommen  
ein „Finisher T-Shirt“**

### Anmeldung:

Das ausgefüllte Meldeformular ist bis zum **27.01.2016** bei Herrn  
Ahrens oder Herrn Funke einzureichen.

(Download des Meldeformulars unter [www.rats-rudern.de](http://www.rats-rudern.de))

### Ablauf der Night of the Ergs

#### Sportliches:

Auf ca. 45 Ergometern kann in den 4 Klassenräumen des  
Erdgeschosses des D-Gebäudes der (Halb-)Marathon gefahren  
werden. Dabei wird Musik gehört oder über die Beamer Filme  
geschaut.

#### Sonstiges:

**Verpflegung und Getränke** sind im Erdgeschoss bereitgestellt.  
**Ruhebereiche und Umkleiden** sind in der 1. Etage eingerichtet.  
**Der Schlafbereich ist in der 2. Etage.**

#### Mitzubringen:

Schlafsack, Luftmatratze, Isomatte, Kissen, Waschzeug usw. bitte  
mitbringen!  
Zudem sollten Wechselsportbekleidung, Handtuch und eine  
Wasserflasche mitgebracht werden - Es wird eine lange und  
Schweiß treibende Nacht!

----- Bitte hier abtrennen -----

----- Bitte hier abtrennen -----

## Anmeldung zur Night of the Ergs 2017

**Abgabe der Anmeldung bis zum 27.01.2016** in einem  
geschlossenen Umschlag mit 15€ Meldegeld bei Herrn  
Ahrens oder Herrn Funke

\_\_\_\_\_  
(Name, Vorname)

\_\_\_\_\_  
(ggf. Telefonnummer der Erziehungsberechtigten)

\_\_\_\_\_  
(Klasse)

\_\_\_\_\_  
(Geburtsjahrgang)

S ( ) M ( ) L ( ) XL ( ) XXL ( )

Das „Finisher T-Shirt“ möchte ich in folgender Größe. Zutreffendes bitte ankreuzen.

Ich bin mit der Teilnahme meines Sohnes/ meiner Tochter \_\_\_\_\_ an dieser Veranstaltung unter  
den o.g. Rahmenbedingungen einverstanden.

\_\_\_\_\_  
(Ort, Datum)

\_\_\_\_\_  
(Unterschrift eines Erziehungsberechtigten)