

Über uns ... und wie das alles bei uns funktioniert

Die Undine hat derzeit rund 350 Mitgliedern, ein großzügiges Gelände in unmittelbarer Nähe von Radolfzell sowie einen umfangreichen Bootspark. Alle fühlen sich wohl in der Undine und alle helfen mit, den laufenden Betrieb des Vereins aufrechtzuerhalten, - sei es beim Wirtschaftsdienst, beim Rasenmähen, beim beliebten Sommerfest im Juli, in den einzelnen Ausschüssen, in der Bootswerkstatt, beim "Groß-Reinmachen" anlässlich unserer traditionellen Frühjahrs- und Herbst-Putzete usw. ! - Wenn Sie sich vorstellen können, dass auch Ihnen unser Verein zusagt, so nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf. - Wir freuen uns über jedes neue Mitglied, welches in unsere Gemeinschaft passt !

Gesundheitliche Aspekte

Rudern ist rundum gut für Sie. - Laut unzähliger sportmedizinischer Gutachten hat Rudern einen absolut hohen, gesundheitlichen Stellenwert. - Rudern fördert insbesondere die Ausdauer, Kraft, Sauerstoffaufnahme, motorische Koordination und den Aufbau Ihrer skelettstützenden Muskulatur. - Rudern ist dabei sehr schonend für Gelenke und Bänder und hat damit eine geringe Verletzungsanfälligkeit. - Rudern kann als Leistungssport bereits ab ca. 13 Jahren ausgeübt werden und ... Rudern ist bis ins hohe Alter möglich !

Soziale Aspekte ...

Rudern ist nicht nur extrem gesund für den gesamten Körper mit all seinen Organen, sondern ... Rudern ist gleichzeitig ein reizvoller Mannschafts- wie aber auch Individualsport. - Rudern ist zudem ein integrativer Sport, - als Mannschaftssportart ist es Ihnen hier möglich, ganz automatisch viele soziale Erfahrungen zu machen, welche ganz besonders für junge Menschen pädagogisch wertvoll sind. - Rudern ist sowohl eine Freizeitsportart für Einzelpersonen wie für Paare sowie für Familien jedweder Altersgruppe. - Rudern ist daneben sogar ein sehr preiswerter Sport, da das komplette Boots-, Ruder- und Trainingsmaterial Ihnen vom Verein zur Verfügung gestellt wird. - Auch liegt der Mitgliedsbeitrag deutlich unter dem Beitrag vergleichbarer Sportvereine.

Natur-Sportart

Rudern wird (von ganz spezifischem und ergänzendem Training einmal abgesehen) in freier Natur ausgeübt und ist weitestgehend unabhängig von den Jahreszeiten. - Rudern ermöglicht durch das "Erfahren" fremder Gewässer Beobachtungen von Natur und Tier aus ungewohnter und häufig beeindruckender Perspektive. - Rudern stellt einen wertvollen Gegensatz zu Hallen- oder Studiosportarten dar.

