

FÖRETAGSAKTIVITET/EVENT

UPPLEV OCH UTMANA

UTOMHUS

Vilken träningsform aktiverar hjärta, lungor och 98% av alla muskelgrupper och dessutom stimulerar och harmoniserar för hjärnan? Rodd såklart!

Det har varit en självklarhet för oss i med Mölndals Roddklubb i snart 75 år.

Med Rådasjön som hemmaplan och ett välfyllt båthus i Helenevik bedriver

vi elit- som motionsverksamhet för såväl vuxna som barn.



BRA MÖTEN MED ELLER UTAN UTMANING

Det är inte alla som känner till att vi sitter på den perfekta möteslokalen med underbar utsikt över Rådasjön. Här finns möjlighet för upp till 60 personer att konferera. I anslutning till möteslokalen finns kök och på altanen grillmöjligheter.

Tips! Konferera en dag hos oss, vi kan komplettera ett bra möte med testa-på-rodd under professionell ledning. Avsluta dagen med bbq på altanen eller middag i lokalen.

UTMANA KOLLEGOR, KUNDER OCH DIG SJÄLV

Dags att få ihop ledningsgruppen, personalen eller arbetslaget. Vi kan erbjuda en unik utomhusupplevelse med teambyggande rodd under professionell ledning. Testa fyramannaroddbåt med styrman. Vi ger grunderna på land och följer med på vattnet i fölgebåt för att ge tips och råd. Vi kan avsluta med heat och final. Vilket lag vinner?

Kontakta Niclas på niclas@me.com eller 070-737 05 61 för att få till ett bra upplägg som passar er.



Större utmaning?
Testa en olympisk roddbåt. Här är det svårt att hålla sig på rätt köl.



MÖLNDALS RODDKLUBB

Stiftades: 18 juli 1946

Klubbhus: Sjövallgården som innehåller festlokal, kök, träningslokal och omklädningsrum.

Verksamhet: Ledande inom svensk rodd på såväl elit- som motionsnivå.

Båtar: 70 stycken, alltifrån singlar till åttor.



Adress: Rådavägen 38, 431 36 Mölndal

E-post: info@mrk.nu

Webb: www.mrk.nu

Följ oss på Facebook och Instagram.