



LANDESRUDERVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.

## **Ausschreibung zum Trainer/in C (Leistungssport/Breitensport)**

Der Landesruderverband Baden-Württemberg veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Badischen Sportbund Freiburg und in Abstimmung mit dem DRV/DOSB eine Ausbildung zum

**Trainer C**  
mit den Schwerpunkten  
Leistungssport und Breitensport

### **Ziele und Inhalte der Ausbildung**

Dieser Trainer C-Lehrgang bietet eine intensive Auseinandersetzung mit den Grundlagen rund ums Rudern und die Arbeit eines Trainers im Verein. Daneben ist Zeit eingesehen für Eigenarbeit und Diskussion, genauso wie zum Kennenlernen und Erfahrungsaustausch eingeplant. Inhalte

- Rudertechnik (Grundlagen, Technikanalysen, Techniktraining und Korrekturen)
- Rudern trainieren, Vermittlungsaspekte, Methodik
- Moderne Übungs- und Trainingsprogramme auf dem Wasser
- Praxis: Ergänzungstraining, Kraft, Ergometer als Trainingsgerät
- Anfängerausbildung
- Bootsmaterial, Bootspflege und Sicherheit
- Leitung von und Kommunikation mit Übungsgruppen
- Grundlagen in den Bereichen Pädagogik, Kindertraining, Rudern und Gesundheit
- Biologische und sportmedizinische Grundlagen, Rudern und Gesundheit
- Rechtliche Fragen, Wettkampfregelein, Naturschutz
- Lehrübungen
- ....

Lehrgangspläne zu den einzelnen Terminen werden rechtzeitig vor Beginn der jeweiligen Teillehrgänge bekannt gegeben. Die Teilnahme am gesamten Lehrgang und die Anwesenheit am Lehrgangsort wird vorausgesetzt.

Bitte beachten Sie die allgemeinen Hinweise zu Seminaren des Landesruderverbandes Baden-Württemberg. Diese und das Anmeldeformular für Ausbildungen sind auf der Internetseite [www.rudern-bw.de/bildung](http://www.rudern-bw.de/bildung) zu finden.

### **Die Termine der Ausbildung:**

1. Grundlehrgang 1 (C19-1): 11.-13. Oktober 2019 in Breisach
2. Grundlehrgang 2 (C19-2): 18.-20. Oktober 2019 in Breisach
3. Grundlehrgang 3 (C19-3): 10.-12. Januar 2020 in Breisach
4. Aufbaulehrgang (C19-A): 10.-14. Februar 2020 in Steinbach
5. Prüfungslehrgang (C19-P): 03.-05. April 2020 in Breisach

Hinweise und Informationen zur Beantragung von Bildungszeiten finden sich auf (<http://www.bsb-freiburg.de/Bildung/Bildungszeitgesetz/>)

## **Hinweise zur Anmeldung und Kosten**

Für den Lehrgang wird die Teilnehmerzahl auf 20 Personen begrenzt. Die Auswahl der Teilnehmer für die Ausbildung aufgrund folgender Voraussetzungen:

1. Mitgliedschaft in einem Mitgliedsverein des LRVBW
2. Die Anmeldung erfolgt durch den Vorsitzenden/Sportvorsitzenden des Vereins
3. Zum Zeitpunkt des Lehrgangsbegins muss der Teilnehmer/die Teilnehmerin 16 Jahre alt sein. Die Lizenz wird erst mit 18 ausgestellt.
4. Teilnahme an der gesamten Ausbildung
5. Ruderische Qualifikation
6. Erste -Hilfe-Kurs (9 LE, nicht älter als zwei Jahre zum Zeitpunkt der Lizenzierung)

Die Meldung erfolgt über das Anmeldeverfahren des LRVBW (Homepage, Anmeldeformular) bis spätestens

**1. August 2019.**

Der Lehrgang wird freundlicherweise durch den BSB Freiburg finanziell und personell unterstützt. Die Lehrgangskosten betragen für Teilnehmer aus Baden-Württembergischen Rudervereinen 250,00 €. Darin enthalten sind Ü/VP/Lehrgangskosten für alle Lehrgangstage in Breisach und Steinbach. Sofern es freie Plätze gibt, können auch Teilnehmer anderer Landesruderverbände teilnehmen. Der Teilnehmerbeitrag erhöht sich dann (Betrag wird noch errechnet).

Dr. Wolfgang Fritsch

Vorstand Lehrwesen im  
LRV Baden-Württemberg