



## Ausschreibung – Fortbildungen Trainer/in C Rudern 2023 – Ä1

Für das Jahr 2023 werden durch den Landesruderverband Sachsen e.V. nachfolgende Fortbildungen angeboten. Diese werden zur Verlängerung der Lizenz Trainer\*in C Rudern angerechnet.

Bei über die Maximalzahl hinausgehenden Anmeldungen, wird priorisiert nach Lizenzablauf, bevorzugt Lizenzen Rudern.

---

### **Bezeichnung:** FB 01-2023 Sicherheit im Rudern

**Datum:** Samstag, 25. Februar 2023

**Zeiten:** Beginn 09:30 Uhr, Ende 16:30 Uhr (8 LE)

**Ort:** Leipzig

**Teilnehmerbeitrag:**

- 25,00 € für TN aus Vereinen LRVS,
- 35,00 € für TN aus Vereinen anderer LRV

**Teilnehmerzahl:** mindestens 8, höchstens 18

**Inhalt:** Sicherheit im Rudersport ist ein Dauerthema und begleitet unser Sporttreiben in unterschiedlichen Facetten. Aktuelles Wissen und Handlungssicherheit sind für kompetente Trainer\*innen unabdingbar. In der Fortbildung werden mehrere Einzelaspekte unter aktuellem Gesichtspunkt besprochen und bearbeitet: Besonderheiten Fahren auf Gewässern insb. Sachsen, Führerscheine Wasser und Straße (Pkw, Anhänge, Motorboot), Ladungssicherheit, Kennzeichnung Boote und Lichtführung, Verkehrsregeln auf dem Wasser, Ausrüstung Motorboote, Lagerung Treibstoff, Verhinderung Bootsdiebstahl und Bootscodierung.

**Anmeldeschluss:** 4. Februar 2023

**Hinweise:**

- Es wird keine Mittagsverpflegung angeboten.

**Referent:** Christian Oelze

---

### **Bezeichnung:** FB 02-2023 aaT koordinative Fähigkeiten trainieren und überprüfen

Ä

**Datum:** Sonnabend 18. November 2023

**Zeiten:** Beginn 09:30 Uhr, Ende 16:30 Uhr (8 LE)

**Ort:** Leipzig

**Teilnehmerbeitrag:**

- 25,00 € für TN aus Vereinen LRVS,
- 35,00 € für TN aus Vereinen anderer LRV

**Teilnehmerzahl:** mindestens 8, höchstens 18

**Inhalt:** Auch das Rudern ist durch Elemente der koordinativen Fähigkeiten gekennzeichnet. Koordinative Fähigkeiten in allgemeiner Form zu trainieren, sollte ein regelmäßiger Bestandteil des allgemeinathletischen Trainings insbesondere im Kinder- und Jugendalter sein. Das Seminar soll (1) in kurzer Form einen aktuellen Stand zur Theorie des Trainings koordinativer Fähigkeiten darstellen, (2) attraktive Möglichkeiten zum Trainieren vermitteln und (3) aufzeigen, wie koordinative Fähigkeiten in allgemeiner Form überprüft werden können. Der Schwerpunkt liegt in der inhaltlichen Erarbeitung, Vermittlung und dem Ausprobieren von praktischen Übungen und Angeboten. Betrachtet werden dabei unterschiedliche Altersgruppen vom Kindes- bis zum Erwachsenenalter.

**Anmeldeschluss:** 7. Oktober 2023

**Hinweise:**

- Die aktive Teilnahme an den Praxisanteilen wird erwartet.

**Referent:** Eric Noack

Anmeldeformular in der Anlage. Weitere Informationen zum Ablauf, Zahlungskonto usw. werden nach dem Anmeldeschluss mitgeteilt.

Diese Informationen sind auch auf der Homepage des Landesruderverbandes Sachsen e.V. veröffentlicht:

<https://www.sachsen-rudern.de/lehrwesen/aus-und-fortbildungen/>

# LANDESRUDERVERBAND SACHSEN E.V.

Fachverband Rudern im Landessportbund Sachsen e.V.



Bildung und Lehre

Hamburger Straße 80 ° 01157 Dresden ° [www.sachsen-rudern.de](http://www.sachsen-rudern.de) ° [steffen.buschmann@sachsen-rudern.de](mailto:steffen.buschmann@sachsen-rudern.de)

---

Anmeldungen an: [steffen.buschmann@sachsen-rudern.de](mailto:steffen.buschmann@sachsen-rudern.de)

Steffen Buschmann

*Leipzig, den 08.04.2023*