



Landeskaderkriterien 2026 des Landesruderverbandes Sachsen e.V.

Der Deutsche Ruderverband (DRV) veröffentlicht die DRV- Landeskaderkriterien (LK). Diese einheitlich geltenden Kriterien bilden den Rahmen für die Umsetzung auf Landesebene und finden dort ihre Anwendung. Den Kriterien gingen intensive Gespräche voraus, die erfolgreich durch DRV und Landesruderverbänden zum Abschluss gebracht wurden.

Der Landesruderverband Sachsen e.V. (LRVS) hat für das Jahr 2025 – 2028 sein Leistungssportkonzept fortgeschrieben. Ziel der Kriterien ist es, dass in allen Bundesländern die Benennung von Kadersportler/-innen nach einheitlichen Kriterien vor Ort durch den Landesfachverband vorgenommen wird.

Ergänzend zu den bundeseinheitlichen Landeskaderkriterien (LK1) führt der LRVS den Landeskader 2 (LK2) als landesgeförderten Ergänzungs- und Übergangskader ein, um talentierte Athletinnen und Athleten im Entwicklungsprozess gezielt zu unterstützen. Er dient zur Förderung talentierter Ruderinnen und Ruderer, die die Kriterien des Landeskaders 1 noch nicht erfüllen, aber eine klare Entwicklungsperspektive aufweisen.

Zielstellungen des Landeskaders

Mit der Aufnahme in den Landeskader sollen junge perspektivreiche Sportler/-innen bestmöglich nach den regionalen Möglichkeiten gefördert werden. Diese Förderung soll die Sportler/-innen bei der individuellen Weiterentwicklung und Vorbereitung auf die Erbringung rudersportlicher Spitzenleistungen - hin zum Leistungsniveau der Weltspitze - unterstützen.

Zeitraum der Berufung zum Landeskader

Dem Landeskader 1 (LK1) gehören Sportler/-innen im Alter von 15 - 20 Jahre an. Dem Landeskader 2 (LK2) gehören Sportlerinnen und Sportler ab einem Alter von 15 Jahren an; nach oben ist die Altersgrenze offen.

Die Aufnahme in den Landeskader erfolgt jeweils zum 01.03. eines laufenden Kalenderjahres grundsätzlich für die Dauer von zwölf Monaten. Danach ist die Zugehörigkeit zum Landeskader, gemäß der nachfolgenden Kriterien, erneut zu bestätigen. Für die Vorbereitung der Berufung erstellt die



Landestrainerin bis zum 31.01. des laufenden Kalenderjahres eine Übersicht aller potenziell zu berufenden Landeskader. Diese Übersicht wird anschließend mit den Vereinen abgestimmt, bevor die endgültige Nominierung erfolgt.

Aus dem Ergebnis der Berufung wird die Landeskaderliste erstellt.

Ausscheiden aus dem Landeskader

Sportler/-innen scheiden bei Nichterfüllung der, für ihren Altersbereich gültigen, Berufungskriterien aus dem Landeskader aus.

Bei einem Verstoß gegen die Regeln des Fair-Play, die Anti-Doping-Bestimmungen oder disziplinarischen Gründen (z.B. teamschädigendes Verhalten etc.), hat die Berufungskommission die Möglichkeit über einen sofortigen Ausschluss aus dem Landeskader zu entscheiden.

Verweildauer im Landeskader

Die Verweildauer einer Sportlerin/eines Sportlers im LK1 ist grundsätzlich auf maximal 4 Jahre beschränkt.

Die Verweildauer im LK2 ist auf maximal zwei Jahre begrenzt. Eine Verlängerung ist ausgeschlossen und ein erneuter Eintritt ist nur nach Erfüllen der LK1-Kriterien möglich.

Förderung und Zuständigkeiten

Die sportmedizinische Grunduntersuchung ist für alle Landeskader über den jeweils zuständigen Landesstützpunkt bei einem regionalen Partner zu organisieren. Die Sportlerin/der Sportler kann an den Trainingsmaßnahmen und Wettkämpfen der Landesstützpunkte teilnehmen. Trainingslehrgänge und Wettkämpfe für Mannschaften der Landesauswahl, können durch die Talententwicklung, bezuschusst werden. Die Förderung/Bezuschussung der Landeskader wird im Punkt Förderung/Bezuschussung geregelt.



Mindestanforderungen LK1 und LK2

Körperliche Belastbarkeit und sportliche Grundfertigkeiten

Es können nur Sportler/-innen in den Landeskader aufgenommen werden, die in der Lage sind, die Trainingsumfänge und -inhalte der jeweiligen altersspezifischen Trainingsetappen (siehe TMGK des DRV in jeweils gültiger Fassung) vollumfänglich umzusetzen.

Zudem sind folgende Sport-Basis-Fähigkeiten zu beherrschen:

- Schwimmfähigkeit (für Rudern unerlässlich)
- Laufen
 - Ausdauerlauf (45min bis 90min)
 - Beherrschung des Lauf-ABC
- Basisübungen im Krafttraining
 - Liegend Anreißen (Bankziehen)
 - Reißkniebeuge (ohne Zusatzlast)
- Stabilisationsübungen mit eigenem Körpergewicht ab 15 Jahre zusätzlich:
 - Bankdrücken
 - Tiefkniebeuge

Ebenso sollten alle Sportler/-innen grundlegende technische Fähigkeiten in weiteren Ausdauersportarten (z.B. Schwimmen, Skilanglauf, Radsport etc.) vorweisen.



Mindestzeiten für den LK1 über 1500m bzw. 2000m auf dem Ruderergometer (C2 ab Modell 3)

Unabhängig der Erfüllung der nachfolgend genannten altersspezifischen Kriterien, sind für die Aufnahme in den Landeskader folgende Mindestzeiten (ab 15 Jahre) auf dem Ruderergometer über 1500 m oder 2000 m zu erfüllen:

| Alter* | Mindestzeiten – männlich | | Mindestzeiten – weiblich | |
|----------|--------------------------|--------|--------------------------|--------|
| | 1500m | 2000m | 1500m | 2000m |
| 15 Jahre | 5:22,5 | 7:20,0 | 6:09,0 | 8:20,0 |
| 16 Jahre | 5:13,5 | 7:08,0 | 6:00,0 | 8:08,0 |
| 17 Jahre | | 6:55,0 | | 7:55,0 |
| 18 Jahre | | 6:42,0 | | 7:42,0 |
| 19 Jahre | | 6:30,0 | | 7:30,0 |
| 20 Jahre | | 6:20,0 | | 7:20,0 |

* Es zählt das Alter, welches im Jahr der Kaderaufnahme erreicht wird. Siehe die Mindestanforderung muss i.d.R. im Vorjahr erbracht werden.

Gesonderte Mindestanforderungen für Leichtgewichte sind nicht vorgesehen.

Die Abnahme erfolgt durch den/die Landestrainer/-in, die jeweiligen Stützpunkttrainer/-innen an den Landesstützpunkten oder an einem offiziell ausgeschriebenen Wettkampf im Ergometerrudern.



Berufungskriterien für den LK1

Altersbereich 15 & 16 Jahre – U17 (Junior B)

Berufungskriterien (15 & 16 Jahre)

Die Teilnahme am LRVS-Athletiktest ist für die Junior/-innen B verpflichtend. Bei Krankheit ist ein ärztliches Attest erforderlich und beim Landestrainer einzureichen.

Für eine Aufnahme in den Landeskader von 15- bzw. 16-jährigen Sportler/-innen ist mindestens eines der nachfolgenden Kriterien zu erfüllen:

- Ruderspezifische Leistung:

Für Sportler/-innen, die im Kalenderjahr der Kaderberufung das 15. Lebensjahr vollenden:

- Teilnahme im A-Finale zum Bundeswettbewerb U15 (alle Bootsklassen)

Für Sportler/-innen, die im Kalenderjahr der Kaderberufung das 15. oder 16. Lebensjahr vollenden:

- Teilnahme an den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften U17 (nach Bootsklassen JF oder JM)

1x mindestens Platz 12

1x Lgw. mindestens Platz 5

2- mindestens Platz 8

2x mindestens Platz 10

2x Lgw. mindestens Platz 3

4- mindestens Platz 7

4+ mindestens Platz 7

4x+ mindestens Platz 8

8+ mindestens Platz 5

- Teilnahme im A-Finale an den LRVS-Landesmeisterschaften (Junior B: nur 1x und 2x)
- Teilnahme an Langstreckenwettkämpfen (mind. 5000 Meter) im 1x (Junior B)

Jede/-r Sportler/-in muss bei allen ruderspezifischen Leistungen mindestens ein Boot besiegen.



- Leistung Ruderergometer (1500 m WKT oder 2000 m WKT – Testkriterien gemäß TMGK):

| Alter* | Mindestzeiten – männlich | | Mindestzeiten – weiblich | |
|----------|--------------------------|----------|--------------------------|----------|
| | 1500m | 2000m | 1500m | 2000m |
| 15 Jahre | < 5:03,0 | < 6:52,0 | < 5:49,0 | < 7:52,0 |
| 16 Jahre | < 4:55,0 | < 6:40,0 | < 5:40,0 | < 7:40,0 |

- Allgemein-athletische Grundlagen:
 - Mindestens 30 Endpunkte beim LRVS-Athletiktest
 - Resultat 3000-Meter-Lauf:
 - männlich: < 11:00min
 - weiblich: < 13:00min
- Individuelle Merkmale:
 - Aktuelle Körperhöhe und Armspannweite:
 - männlich: jeweils > 186cm
 - weiblich: jeweils > 176cm

Anteilige Verteilung (Berufungskriterien) Landeskader (15 & 16 Jahre)

Der Landeskader für den Altersbereich 15 & 16 Jahre setzt sich nachfolgender Verteilung zusammen:

- Unbegrenzte Anzahl der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches nach dem Kriterium der ruderspezifischen Leistung. (Zielgröße: 30-40%).
- Unbegrenzte Anzahl der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches nach dem Kriterium der allgemein-athletischen Grundlagen. (Zielgröße: 30-40%).
- Maximal 20% der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches, nach dem Kriterium der Ruderergometer-Leistung. In jedem Fall können jedoch bis zu 6 Sportler/-innen berufen werden.



- Maximal 10% der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches, nach dem Kriterium der individuellen Merkmale. In jedem Fall können jedoch bis zu 4 Sportler/-innen berufen werden.

Altersbereich 17 & 18 Jahre – U19 (Junior A)

Berufungskriterien (17 & 18 Jahre)

Hinweis: Für den Altersbereich der 17- & 18-jährigen Sportler/innen ist die Berufung eines Landeskaders, als Bestandteil des langfristigen Leistungsaufbaus, erforderlich.

Für eine Aufnahme in den Landeskader von 17- bzw. 18-jährigen Sportlerinnen und Sportler ist mindestens eines der nachfolgenden Kriterien zu erfüllen:

- Ruderspezifische Leistung:

Für Sportler/-innen, die im Kalenderjahr der Kaderberufung das 17. Lebensjahr vollenden:

- Teilnahme an den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften U17 (nach Bootsklassen JF oder JM)

1x mindestens Platz 12

1x Lgw. mindestens Platz 5

2- mindestens Platz 8

2x mindestens Platz 10

2x Lgw. mindestens Platz 3

4- mindestens Platz 7

4+ mindestens Platz 7

4x+ mindestens Platz 8

8+ mindestens Platz 5

- Teilnahme im A-Finale an den Landesmeisterschaften (Junior B: nur 1x)

Für Sportler/-innen, die im Kalenderjahr der Kaderberufung das 17. oder 18. Lebensjahr vollenden:



- Teilnahme an den Deutschen Jugendmeisterschaften U19 (nach Bootsklassen JF oder JM)

| | |
|---------|--------------------|
| 1x | mindestens Platz 8 |
| 1x Lgw. | mindestens Platz 3 |
| 2- | mindestens Platz 6 |
| 2x | mindestens Platz 7 |
| 2x Lgw. | mindestens Platz 2 |
| 4- | mindestens Platz 6 |
| 4+ | mindestens Platz 5 |
| 4x | mindestens Platz 6 |
| 8+ | mindestens Platz 5 |

- Teilnahme zu Langstreckenwettkämpfen (mind. 5000 Meter) im 1x oder 2- (Junior A)

Jede/-r Sportler/-in muss bei allen ruderspezifischen Leistungen mindestens ein Boot besiegen.

- Leistung Ruderergometer (2000m WKT – Testkriterien gemäß TMGK)

| Alter* | Männlich | Weiblich |
|----------|------------|------------|
| | 2000 Meter | 2000 Meter |
| 17 Jahre | < 6:35,0 | < 7:35,0 |
| 18 Jahre | < 6:30,0 | < 7:30,0 |

- Allgemein-athletische Grundlagen:

- Resultat 3000-Meter-Lauf:

- männlich: < 10:30min
- weiblich: < 12:30min

- Individuelle Merkmale:

- Aktuelle Körperhöhe und Armspannweite:

- männlich: jeweils > 188cm



- weiblich: jeweils > 178cm

Anteilige Verteilung (Berufungskriterien) Landeskader (17 & 18 Jahre)

Der Landeskader für den Altersbereich 17 & 18 Jahre setzt sich nachfolgender Verteilung zusammen:

- Unbegrenzte Anzahl der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches nach dem Kriterium der ruderspezifischen Leistung. (Zielgröße: 50-60%).
- Maximal 20% der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches, nach dem Kriterium der allgemeinathletischen Grundlagen. In jedem Fall können jedoch bis zu 5 Sportler/-innen berufen werden.
- Maximal 20% der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches, nach dem Kriterium der Ruderergometer Leistung. In jedem Fall können jedoch bis zu 5 Sportler/-innen berufen werden.
- Maximal 10% der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches, nach dem Kriterium der individuellen Merkmale. In jedem Fall können jedoch bis zu 2 Sportler/-innen berufen werden.



Altersbereich 19 & 20 Jahre – U21/U23 (Senior B)

Berufungskriterien (19 & 20 Jahre)

Für eine Aufnahme in den Landeskader von 19- bzw. 20-jährigen Sportlerinnen und Sportler ist mindestens eines der nachfolgenden Kriterien zu erfüllen:

- Ruderspezifische Leistung:

Für Sportler/-innen, die im Kalenderjahr der Kaderberufung das 19. Lebensjahr vollenden:

- Teilnahme an den Deutschen Jugendmeisterschaften U19 (nach Bootsklassen JF oder JM)

1x mindestens Platz 8

1x Lgw. mindestens Platz 3

2- mindestens Platz 6

2x mindestens Platz 7

2x Lgw. mindestens Platz 2

4- mindestens Platz 6

4+ mindestens Platz 5

4x mindestens Platz 6

8+ mindestens Platz 5

Für Sportler/-innen, die im Kalenderjahr der Kaderberufung das 19. oder 20. Lebensjahr vollenden:

- Teilnahme an den Deutschen Jugendmeisterschaften U23 (nach Bootsklassen SF oder SM)

1x mindestens Platz 6

2- mindestens Platz 6

2x mindestens Platz 5

4- mindestens Platz 4

4+ mindestens Platz 3



4x mindestens Platz 3

8+ mindestens Platz 3

- Teilnahme an Langstreckenwettkämpfen (mind. 5000 Meter) im 1x oder 2- (Senior B)

Jede/-r Sportler/-in muss bei allen ruderspezifischen Leistungen mindestens ein Boot besiegen.

- Leistung Ruderergometer (2000m WKT – Testkriterien gemäß TMGK)

| Alter* | Männlich | Weiblich |
|----------|------------|------------|
| | 2000 Meter | 2000 Meter |
| 19 Jahre | < 6:18,0 | < 7:18,0 |
| 20 Jahre | < 6:14,0 | < 7:14,0 |

- Begründete Einschätzung/Befürwortung des zuständigen Bundesstützpunkttrainers (alternativ: Leitende/r Landestrainer/in) in Absprache mit Bundestrainer U23.
- Grundlage der Einschätzung /Befürwortung sind die zu berücksichtigenden Merkmale und Leistungskennziffern aus dem Talentkonzept des DRV und die Angaben zum langfristigen Leistungsaufbau in der TMGK.

Anteilige Verteilung (Berufungskriterien) Landeskader (19 & 20 Jahre)

Der Landeskader für den Altersbereich 19 & 20 Jahre setzt sich nachfolgender Verteilung zusammen:

- Unbegrenzte Anzahl der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches nach dem Kriterium der ruderspezifischen Leistung. (Zielgröße: 60-70%).
- Maximal 30% der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches, nach dem Kriterium der Ruderergometer Leistung In jedem Fall können jedoch bis zu 8 Sportler/-innen berufen werden.
- Maximal 10% der berufenen Landeskader dieses Altersbereiches, nach dem Kriterium der Einschätzung/Befürwortung BSP-Trainers (o.ä. - siehe oben). In jedem Fall können jedoch bis zu 4 Sportler/-innen berufen werden.



Steuerleute

Steuerleute sind priorisiert nach dem Kriterium der ruderspezifischen Leistung in den Landeskader zu berufen. Hierfür sind die Resultate der definierten nationalen Wettkämpfe (Bundeswettbewerb, DJM U17, DJM U19) in den gesteuerten Bootsklassen heranzuziehen.

Alle Steuerleute, die eine Berufung in den Landeskader nach der ruderspezifischen Leistung erfüllen, können in den Landeskader aufgenommen werden. Bis zu nachfolgend genannten Gesamtanzahlen an Steuerleuten je Altersbereich, ist zudem eine Berufung durch Einschätzung der jeweiligen Landestrainer/-innen möglich.

- Altersbereich 15 & 16 Jahre: 4 Steuerleute (Gesamtanzahl)
- Altersbereich 17 & 18 Jahre: 2 Steuerleute (Gesamtanzahl)
- Im Altersbereich 19 & 20 Jahre: Keine Berufung nach Einschätzung der jeweiligen Landestrainer

Bei der Einschätzung durch den/die jeweilige/n Landestrainer/in sind folgende Kriterien zu berücksichtigen:

- Teilnahme an Sichtungs- und Trainingsmaßnahmen des LRVS bzw. des DRV (z.B. Regionalgruppen)
- Leistungssportliche Perspektive
- Normgewicht

Bei der Verteilung der berufenen Landeskader werden Steuerleute (auch bei Berufung durch Einschätzung) dem Kaderanteil der ruderspezifischen Leistung zugerechnet.

Landeskader 2

Der LK2 kann ausschließlich an Sportlerinnen und Sportler vergeben werden, die

- am Landesstützpunkt (LSP) oder Bundesstützpunkt (BSP) trainieren oder
- im Verein trainieren, jedoch nachweisbare Ambitionen und Perspektiven besitzen, zeitnah vollumfänglich am Stützpunkttraining teilzunehmen (z. B. durch regelmäßige Teilnahme an Stützpunkttagen, Maßnahmen oder geplanten Wechsel) oder
- Sachsen weiterhin verlässlich und leistungsorientiert bei den Zielwettkämpfen vertreten und damit einen klaren Beitrag zum leistungsorientierten Rudern im Freistaat leisten



Der LK2 richtet sich ebenso an Athletinnen und Athleten

- die aufgrund von Krankheit, Verletzung oder vergleichbaren Einschränkungen vorübergehend die Kriterien des LK1 nicht erfüllen
- sowie an Quereinsteiger aus anderen Sportarten, die aufgrund ihrer physischen und koordinativen Voraussetzungen eine realistische Perspektive auf eine leistungsorientierte Entwicklung im Rudern haben

Förderungen/Bezuschussungen

Die jährliche finanzielle Förderung wird über die Talententwicklung zur Verfügung gestellt.

- Grundlagenkader (GK): 10,00€/ Person
- Landeskader (LK & LK2): 90,00 €/ Person
- Nachwuchskader 2 (NK2): 180,00 €/ Person
- Nachwuchskader 1 (NK1): 300,00 €/ Person
- Perspektivkader (PK): 300,00 €/ Person
- Olympiakader (OK): 300,00 €/ Person
- Ergänzungskader (EK): 180,00 €/ Person

NADA

Landeskader-Sportler/innen gehören in der Regel keinem Testpool der NADA an. Der LRVS ist aber verpflichtet, den Landeskaderathlet/-innen jährlich Informationsangebote zum Kampf gegen Doping (durch die NADA) zu unterbreiten. Informationen sind auf der LRVS-Website hinterlegt. Zudem muss jede/r Kadersportler/in mindestens alle 2 Jahre ein E-Learning Test absolvieren. Das Zertifikat ist beim Landestrainer/ bei der Landestrainerin einzureichen. Das E-Learning unterstützt Athleten/-innen mit nützlichem Wissen rund um das Thema Anti-Doping.

Informationen und Ablegung unter: [Das NADA E-Learning \(gemeinsam-gegen-doping.de\)](https://www.gemeinsam-gegen-doping.de)



Berufungskommission

Die Landeskader werden anhand der vorangestellten bundeseinheitlichen Kriterien von den Verantwortlichen der jeweiligen Landesruderverbände benannt. Im LRVS setzt sich die Berufungskommission aus dem/der Landestrainer/in, der Geschäftsführung, der jeweiligen Landesstützpunkttrainer/-innen und dem Vizepräsidenten Leistungssport zusammen.

Die Berufung zum Landeskader erfolgt durch ein Zertifikat und durch Übermittlung der Landeskaderliste durch den LRVS an die Mitgliedsvereine.

Exkurs: Bundeskader

Vom Deutschen Ruderverband werden die Kader NK1, NK2, PK, EK und OK gebildet. Die Berufung in diese Kader erfolgt auf der Grundlage der veröffentlichten Kaderkriterien durch den DRV. Bei entsprechender Qualifizierung erfolgt die Einstufung in den jeweiligen Bundeskader.

Exkurs: Grundlagenkader

Der Grundlagenkader ist vom DRV nicht zwingend vorgesehen. Um junge perspektivreiche Sportler/-innen bestmöglich zu fördern, gibt es die landesbezogenen Kaderstufe „Grundlagenkader“. Die Kriterien sind im aktuellen LRVS- Leistungssportkonzept 2025-2028 hinterlegt.

Erklärungen & Datenschutz

Die geltenden Grundsätze und Regeln des „Fair-Plays“, zur Prävention interpersoneller Gewalt, zum Jugendschutz (siehe Konzept Kinder- und Jugendschutz des LRVS) und bzgl. der Anti-Doping-Bestimmung aller beteiligten Personen (Sportler/-innen, Trainer/-innen, Betreuer/-innen etc.) sind einzuhalten und zu befolgen. Ebenso ist auf Wettkämpfen das Regelwerk des DRV und der FISA anzuerkennen. Das Datenschutzblatt muss mit der Abgabe der Landeskaderliste unterschrieben eingereicht werden.

gez. Jens Richter

Vizepräsident Leistungssport

Ausarbeitung vom Ressort: Leistungssport

Verabschiedung in der Präsidiumssitzung am: 02.12.2025