



Landesruderverband  
Berlin e.V.

Jungfernheideweg 80  
13629 Berlin (Siemensstadt)

Telefon +49 (0) 30 - 30 64 00 00

Telefax +49 (0) 30 - 30 64 00 09

Email [info@lrvberlin.de](mailto:info@lrvberlin.de)

Internet [www.lrvberlin.de](http://www.lrvberlin.de)

Unser Zeichen:

Berlin, den 29.07.2022

*Landesruderverband Berlin e.V. Jungfernheideweg 80, 13629 Berlin*

An  
alle Berliner Rudervereine

## Ausschreibung zum

### Lizenzneuerwerb für Trainer – C (kombiniert: Breitensport und Leistungssport)

Der Landesruderverband Berlin bietet entsprechend dem Lizenzwesen des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) und den Vorgaben des Deutschen Ruderverbandes (DRV) eine „Trainer/Trainerinnen C-Ausbildung“ an.

Sie gliedert sich in zwei Teile:

- I. Sportartübergreifender Basislehrgang (61 Lehreinheiten) in der Sportschule des LSB, Beratung/Anmeldung:  
Chantal Hoppe, 030 30002 - 412, [ausbildung@lsb-berlin.de](mailto:ausbildung@lsb-berlin.de)
- II. Ruderspezifische Fachausbildung beim Landesruderverband (60 LE in Hybridform Digital- und Präsenzveranstaltungen)

Angestrebt wird die Ausbildung in der angezeigten Reihenfolge. Davon kann in Ausnahmefällen abgewichen werden. Die Ausbildung kann innerhalb von zwei Jahren absolviert werden.

Für die Ausstellung der Lizenz ist zusätzlich die erfolgreiche Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs (9 LE) erforderlich.

<b>Termine digital:</b>	26.09.2022	N.N. (Anfang Oktober)
	11.10.2022	17.10.2022

<b>Termine Präsenz:</b>	15.10.2022	16.10.2022
	26.11.2022	27.11.2022
	N.N.	

*Es können sich noch kurzfristige Terminverschiebungen ergeben. Ebenso behält sich der LRV Berlin vor, in Präsenz geplante Seminare doch digital durchzuführen, falls es die (Corona-) Bedingungen erforderlich machen.*

#### Bankverbindung

Berliner Volksbank eG

Landesruderverband Berlin e.V.  
IBAN:  
DE74 1009 0000 7779 9970 00  
BIC: BEV0DEBB

Vereinsregister VR 639 B  
Steuer-Nr. 276106069863903

- Veranstaltungsorte:** Bundes-/Landesstützpunkt Rudern,  
Jungfernheideweg 80, 13629 Berlin
- Ruder-Union Arkona Berlin 1879 e.V.  
Scharfe Lanke 71, 13595 Berlin
- Anzahl Teilnehmer:** **20** (Es gilt die Reihenfolge der kompletten  
Anmeldung inkl. Bezahlung).
- Anmeldung:** bis **31.08.2022** online oder per Mail an die  
Geschäftsstelle des LRV Berlin
- Lehrgangsgebühr:** Der Teilnehmerbeitrag für LRV Berlin-  
Mitgliedsvereine: **250,00 €**
- Der Teilnehmerbeitrag für andere  
Verbandsmitglieder: **300,00 €**
- und ist zahlbar mit der  
Anmeldung zum Lehrgang auf das Konto  
des Landesruderverbandes Berlin e.V.
- Meldeinhalt:** Name, Vorname, Geburtsdatum  
Anschrift, Tel. + Emailadresse, Verein  
**Nur vollständige Anmeldungen können  
berücksichtigt werden.**
- Lehrgangsunterlagen:** werden digital versandt
- Lernerfolgskontrolle:** regelmäßige Teilnahme und  
Gruppenarbeiten
- Teilnahmebescheinigung:** nach Abschluss
- Ablauf:** Einzelheiten siehe vorläufigen  
Stundenplan. Änderungen vorbehalten

**Hinweise:**

- Zur Teilnahme an den digitalen Vorträgen ist wünschenswert:  
Laptop/PC/Tablet mit Kamera, Mikrofon und Lautsprecher.
- Nach dem 31.08.2022 ist keine komplette Stornierung mehr  
möglich, anfallende Kosten werden in Rechnung gestellt.
- Der Ablaufplan wird mit der Teilnahmebestätigung zugeschickt  
und fortlaufend im Internet aktualisiert: <https://www.lrvberlin.de>

# Vorläufiger Lehrgangsplan

(Terminänderungen und -Orte vorbehalten)

Montag, 26.09.2022 digital	Einführungsveranstaltung	Michael Hehlke, Christian Neumann
Montag, 26.09.2022 digital	Verbands- und Leistungsportstrukturen im LRV / DRV	
Montag, 26.09.2022 digital	Leiten, Führen, Betreuen und Motivieren im Ruderverein / Trainerbild; Unterschiede Breitensport - Leistungssport	Dr. Jana Haubenreißer
N.N. (Anfang/Mitte Oktober) digital	Kommunikation zwischen Verein / Trainer / Sportler / Eltern	Grit Quernheim
N.N. (Anfang/Mitte Oktober) digital	Medizinische Aspekte im Rudersport, Gefahren im Wintertraining	Dr. Helmut Krause
Dienstag, 11.10.2022	Organisation Wanderfahrten, Ruderreviere, Umweltbelastungen	Angela Haupt
Dienstag, 11.10.2022	Ruderreviere, Umweltbelastungen, Verhalten in der Natur, Nachhaltigkeit	Deborah Jautzke, Jörg Inghenütt
Montag, 17.10.2022	Rudersportwettregeln / Bootsobleute / Steuerleute	Paula Scholz
	Prävention vor sexueller Gewalt; Mobbing	
Samstag, 15.10.2022 (RU Arkona)	Organisation Anfängerausbildung, Übungsbeispiele Kinder / Erwachsene	Sebastian Müller, N.N.
	Einstimmung und Ausklang von Trainingseinheiten: kleine Spiele, Gymnastik, Mobilisation...für Kinder / Erwachsene	
	Didaktik: Techniken vermitteln - aber wie?	Rick van Hooydonk
Sonntag, 16.10.2022 (LSP/BSP Rudern)	Allgemeine und spezielle Trainingsinhalte und -methoden für die Grundausbildung im leistungsportorientierten Übungsbetrieb: Training im Ruderboot, Ergometer, Krafttraining, Stationstraining, Hallentraining	LRV-Landestrainer
Samstag, 26.11.2022 LSP/BSP Rudern	Sportpsychologie; Zielsetzung	Igor Lucic
	Videoeinsatz im Rudersport, Leistungs-Auswertungen	N.N.
Sonntag, 27.11.2022 LSP/BSP Rudern	Grundüberlegungen und Prinzipien zur Herausbildung der Rudertechnik: Bewegungsabläufe Skullen und Riemenrudern, Korrekturen	Johannes Bruger
	Boote kennen, pflegen und trimmen	
	Gruppenaufgaben (inkl. Vorbereitung)	Rick van Hooydonk, N.N.
N.N. LSP/BSP Rudern	Diskussionsrunde zu spezifischen Fragen	Rick van Hooydonk, N.N.
	Abschlussbesprechung / Auswertung	Rick van Hooydonk, N.N.