

# LANDESRUERVERBAND 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)

## Ausschreibung – Fortbildungen 2026 für Trainerin bzw. Trainer C Rudern sowie interessierte Personen

Für das Jahr 2026 werden durch den Landesruderverband Sachsen e.V. (LRVS) folgende Fortbildungen angeboten.

Diese werden zur Verlängerung der Lizenz Trainerin bzw. Trainer C Rudern anerkannt.

Für die Anerkennung zur Verlängerung für andere Lizenzen sind die jeweiligen Lizenzgeber zu befragen.

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

Bezeichnung:	<b>FB 01-2026 psychische Gesundheit im Kinder- und Jugendsport</b>
Datum:	Sonnabend, 17. Januar 2026
Zeiten:	Beginn 09:30 Uhr, Ende 16:30 (8 LE)
Ort:	Dresden
Teilnehmerbeitrag:	<ul style="list-style-type: none"><li>• 25,00 € für TN aus Vereinen LRVS und Sportvereinen in Sachsen</li><li>• 35,00 € für TN aus Vereinen anderer LRV</li></ul>
Teilnehmerzahl:	mindestens 8, höchstens 18
Inhalt:	Die Fortbildung widmet sich den zentralen Themen psychische Gesundheit, Kommunikation und Motivation im Kinder- und Jugendsport. Trainerinnen und Trainer erhalten praxisnahe Einblicke, wie sie junge Athletinnen und Athleten in ihrer mentalen Entwicklung unterstützen, belastende Situationen erkennen und angemessen darauf reagieren können.  Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der wertschätzenden Kommunikation im Trainingsalltag – sowohl mit den Jugendlichen als auch mit Eltern und Teammitgliedern. Zudem werden Strategien vermittelt, um Motivation und Selbstvertrauen nachhaltig zu fördern und ein positives, gesundes Sportklima zu schaffen.
	Ziel der Fortbildung ist es, das Bewusstsein für psychische Gesundheit im Rudersport zu stärken und Trainerinnen und Trainern konkrete Werkzeuge für eine verantwortungsvolle, unterstützende Trainingsgestaltung an die Hand zu geben.
Anmeldeschluss:	27. Dezember 2025
Anmerkung:	kein ruderspezifisches Thema, sondern ein querschnittliches für Tätigkeit mit jungen Menschen, empfehlenswert für alle Sportarten und Sportvereine
Hinweise:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Die Fortbildung wurde in ähnlicher Form bereits 2024 angeboten.</li><li>• Die aktive Mitarbeit wird erwartet.</li><li>• Es wird keine Mittagsverpflegung angeboten.</li></ul>
Referent:	Anja Locher
Bezeichnung:	<b>FB 02-2026 Sicherheit auf dem Wasser</b>
Datum:	28. Februar 2026
Zeiten:	Beginn 09:30 Uhr, Ende 16:30 Uhr (8 LE)
Ort:	Leipzig
Teilnehmerbeitrag:	<ul style="list-style-type: none"><li>• 25,00 € für TN aus Vereinen LRVS und Sportvereinen in Sachsen</li><li>• 35,00 € für TN aus Vereinen anderer LRV</li></ul>
Teilnehmerzahl:	mindestens 8, höchstens 18
Inhalt:	Sicherheit auf dem Wasser ist im Rudersport 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 mit aktuellem Sachstand besprochen und bearbeitet, u.a.: Hypertonie, Hypertrophie, Bootsunfälle, DRV-Sicherheitsrichtlinie, Motorbootführerscheine alt und aktuell, Transport von

# LANDESRUERVERBAND 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)

Sportbooten und Bootsanhänger, Gefahrgutbeförderung im Zusammenhang mit Rudern, Kennzeichnung Boote, rechtliche Einordnung sächsischer Gewässer, Bootsdiebstahl und Möglichkeiten zur Verhinderung, empfohlene Ausrüstung von Motorbooten, Führerscheine Bootsanhänger B, BE, B96,  
Erwartungen an die Teilnehmer sind: das Teilen von Erfahrungen im täglichen Trainingsbetrieb, wo gibt es Probleme bei der Gewässernutzung sowie Reibungspunkte mit anderen Gewässernutzern.

**Anmeldeschluss:** 7. Februar 2026

**Anmerkung:** kein ruderspezifisches Thema, sondern auch interessant für andere Wassersportarten

**Hinweise:** • Die aktive Teilnahme an den Praxisanteilen wird erwartet.

• Es wird keine Mittagsverpflegung angeboten.

**Referent:** Christian Oelze

Anmeldeformular in der Anlage. Weitere Informationen zum Ablauf, Zahlung 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/>

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

Steffen Buschmann

Leipzig, den 14.10.2025