

LRVN • c/o M. Strunk •

An die  
Mitgliedsvereine im  
Landesruderverband Niedersachsen e.V.



**NIEDERSACHSEN** e.V.

www.LRVN.de

**LRVN**

Markus Strunk  
Fachressort für Lehre und Ausbildung  
Tel.: +49 175 – 2049678  
E-Mail: m.strunk@lrvn.de

Bramsche, 29. November 2025

## **Ausschreibung**

### **Fortbildung für Trainerinnen und Trainer „Trainingsplanung im Leistungs- und Spitzensport“ (TCL 2026-01-10)**

Der Landesruderverband Niedersachsen e.V. schreibt eine Fortbildung für bereits qualifizierte Rudertrainerinnen und -trainer (mit den Lizenzen C/B/A) aus, die Sportlerinnen und Sportler im Rahmen von sportlichen Fördermaßnahmen betreuen wollen oder die Funktionsaufgaben innerhalb der Leistungssportförderung übernehmen. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen in die Lage versetzt werden, die Leistungsfähigkeit ihrer Sportler mit ruderspezifischem und leistungssportlich orientiertem Training nach aktuellem Stand zu steigern.

**Termin:** Samstag, 10. Januar 2026, in Hannover

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Trainingsplanung und deren Entwicklung/Trends (Updates seitens des Dt. Ruderverbandes)

Die Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist auf 25 Plätze begrenzt. Übersteigt die Anzahl der Anmeldungen die Teilnehmerplätze, findet eine Auswahl statt. (Begrenzung der Plätze pro Verein, Zeitpunkt des Eingangs der Anmeldungen.) **Anmeldeschluss:** 29.12.2025


**Lehrgangsgebühr:** für LRVN-Mitglieder 40 € (inkl. Verpflegung); Fahrtkosten werden nicht erstattet.

Mit rudersportlichen Grüßen

*Martin Schawe* (Stützpunkttrainer LRVN)

*Markus Strunk* (Referent für Lehre und Ausbildung LRVN)

**LANDESRUDERVERBAND NIEDERSACHSEN e.V.**

 Geschäftsstelle c/o Reinhard Krüger  
Rakampshöhe 6b • 21407 Deutsch Evern

 +49 4131 79559

 info@lrvn.de

**BANKVERBINDUNG**

Volksbank Hameln-Stadthagen e.G.

BIC: GENODEF1HMP

IBAN: DE43 2546 2160 0663 7078 00

## Fortbildung für Trainerinnen und Trainer „Trainingsplanung im Leistungs- und Spitzensport“

### Programm

Termin	10. Januar 2026
Ort	DRC Hannover, Roesbeckstraße 1, 30449 Hannover, Tel. 0511/446867
• • • Programm (Samstag)	bis 9:45 h Anreise 09:45 Uhr Begrüßung & Lehrgangseröffnung 10:00 Uhr-13:00 Uhr <i>Theorie</i> (1): Grundlagen der Trainingsplanung nach aktuellem Stand 13:00 Uhr Mittagessen 14:00-17:00 Uhr (2): Trainingsplanung im Leistungs- und Spitzensport aus Sicht des DRV, Austausch und Rückfragen 17:00 Uhr Auswertung/Abschluss & Lehrgangsende
Referent	Heiner Schwartz (Bundestrainer Diagnose DRV)
Lehrgangsleitung	Martin Schawe und Markus Strunk (siehe auch: nächste Seite)
• • • Meldeschluss	Mo, 29.12.2025
Lehrgangsgebühr & Teilnehmer	für Vereinsmitglieder aus LRVN-Verbandsvereinen 40 € je Teilnehmerin/Teilnehmer (inkl. Verpflegung)
Hinweise	Gemeinschaftsverpflegung, Schreibutensilien mitbringen

Diese Fortbildung kann mit 8 LE für die Verlängerung der Lizenzen DOSB Trainer A/B/C anerkannt werden.

## Anmeldung

gemäß Ausschreibung melden wir zu der folgenden, vom Landesruderverband Niedersachsen e.V. ausgeschriebenen Veranstaltung verbindlich an:

An

**Landesruderverband Niedersachsen e.V.**

Anmeldung per E-Mail an: lehre@lrvn.de

Rückfragen per E-Mail an: m.schawe@lrvn.de

• • •

### Veranstaltung

Fortbildung TCL 2026-01-10

### Ort

Hannover

### Persönliche Daten

Name, Vorname .....

Straße, Hausnummer .....

• • • Postleitzahl, Ort .....

Telefon .....E-Mail: .....

Geburtsdatum (TT-MM-JJJJ) .....Geschlecht ☐ Weiblich ☐ Männlich ☐ Divers

Vegetarier: ☐ Ja ☐ Nein Lebensmittelunverträglichkeit: .....

Trainerin/Trainer ☐ Nein ☐ Ja seit ..... DOSB-Lizenzstufe: C / B / A

Ich bin damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten (Name, Vorname, Geburtsdatum, Anschrift und E-Mailadresse) vom LRVN zur Durchführung des Lehrgangs verarbeitet und gespeichert werden. Mit der Weitergabe meines Names und meiner E-Mail-Adresse an die übrigen Teilnehmenden bin ich einverstanden. Mit der Veröffentlichung von Fotos der Veranstaltung in den LRVN- und DRV-Medien bin ich einverstanden. *(Nicht-Zutreffendes bitte streichen)*

Unterschrift ..... Ort, Datum .....

Teilnehmerin/Teilnehmer, ggf. Erziehungsberechtigter

Verein .....

Unterschrift ..... Ort, Datum .....

eines vertretungsberechtigten Vorstandsmitglieds

Vereinsstempel