

LRVN • c/o M. Strunk •

An die

Mitgliedsvereine im
Landesruderverband Niedersachsen e.V.



NIEDERSACHSEN e.V.

www.LRVN.de

Markus Strunk
Referent

Fachressort für Lehre und Ausbildung
E-Mail: lehre@rvn.de

LRVN

Bramsche, 28. April 2026

Ausschreibung (TCL 2026-09)

Ausbildung zur Trainerin/zum Trainer-C Leistungssport Rudern 2026 (DOSB-Lizenz) – Basisqualifikation für Trainerinnen und -trainer im Kinder-, Jugend- u. Schulsport

Der Landesruderverband Niedersachsen e.V. schreibt vier Fortbildungen aus, die die Teilnehmerinnen und Teilnehmer darauf vorbereiten, wettkampforientiertes Rudertraining zu organisieren und anzuleiten, wenn ihre Sportler gezielt für Regatten und andere Wettkämpfe trainieren.

Diese Ausbildung hat einen Umfang von 90 Lehreinheiten und kann zum Erwerb einer DOSB-Lizenz Trainer C Rudern Leistungssport genutzt werden. *(Für den Erwerb einer Lizenz kommen noch weitere Lehreinheiten hinzu, siehe Seite 2)*

Programm

Folgende Wochenendlehrgänge für den ruderspezifischen Teil der Lizenz sind dafür angedacht und finden in Präsenz statt:

- 01:** Rudern lernen – Rudertechnik und Bootsmaterial
(05.-06.09.26, JH Hildesheim)*
- 02:** Rudern vermitteln – Grundlagen der Trainingsplanung und -steuerung
(17.-18.10.26, KSB Hildesheim, Termin liegt in den Herbstferien)*
- 03:** Ruderleistung steigern – Allgemeinathletik (07.-08.11.26, JH Osnabrück)*
- 04** Sport organisieren – Blick auf Verhalten, Sicherheit, Recht, Verbandliches
(23.-24.01.27, JH Oldenburg)
(Beginn jeweils samstags um 08:45 Uhr, Ende jeweils sonntags um 12:30 Uhr)
*(Die Themen sind vorläufig geplant. Änderungen sind vorbehalten.)

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

Die Ruderbewegung und ihre Vermittlung mit Blick auf die Zielgruppen (Kinder- oder Jugendliche) haben in diesem Lehrgang genauso ihren Platz wie z.B. der Aufbau einer Übungsstunde, die Organisation einer Wanderfahrt oder anderer Sportveranstaltungen, das Grundwissen für die Trainingsplanung, das Trimmen von Ruderbooten sowie das sichere Verhalten auf dem Wasser oder der Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer. Auch die Besonderheiten für ein Ruderangebot im schulischen Rahmen werden thematisiert. Zur Vermittlung stehen qualifizierte Referenten zur Verfügung: Tobias Rahenkamp, Martin Schawe, Klaus Scheerschmidt u. a.

Erwartet werden von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Bereitschaft zur aktiven Beteiligung und Auseinandersetzung mit den Inhalten sowie die Bereitschaft zum Austausch. Durch Arbeit in Gruppen, praktisches Ausprobieren und Diskussionen im Plenum werden die Inhalte ebenso wie durch Sportpraxis umgesetzt.

Auch die Vorbereitung und Nachbereitung der einzelnen Fortbildungen mit Aufgaben gehören zur Ausbildung. *(siehe unten)*

Voraussetzungen für die Anmeldung:

- Beherrschen der Ruderbewegung und eigene Rudererfahrungen
- Mindestalter 16 Jahre
- Mitgliedschaft im LRVN-/DRV-Verein

Um die **DOSB-Lizenz Trainer-C Rudern Leistungssport** zu erhalten, sind insgesamt 120 Lehreinheiten erforderlich; die sich wie folgt zusammensetzen:

- 4 Fortbildungen und Leistungsnachweise beim LRVN (90 LE) *(Vereinstätigkeiten werden nicht anerkannt!)*
- LSB-Modul C30 *(entfällt für Sportlerinnen und -lehrer)*
- zusätzlich: Erste-Hilfe-Kurs (9 LE) *(Dieser darf nicht älter als 2 Jahre zum Zeitpunkt der Lizenzausstellung sein.)*

Gestaltung der 90 Lehreinheiten Ausbildung beim LRVN:

(Zeitungsfang pro Lehreinheit 45 Minuten):

- 4 Wochenenden Präsenz-Fortbildung (68 LE) *(siehe Seite 1)*
- 3 Aufgaben zur selbstständigen Vor- oder Nachbereitung (12 LE) *(Präsentation, Einschätzung der Aufgaben durch die Lehrgangleitung)*
- Begleitung und Durchführung einer LRVN-Maßnahme im Leistungssport oder einer Sportaktion der Nieders. Ruderjugend während oder nach der Ausbildung oder eines Projekts im Ruderverein *(Tagesveranstaltung (10 LE), mit vorher festgelegter Fragestellung, Feedback-/Reflexionsgespräch mit der verantwortlichen Person für die Maßnahme oder der Lehrgangleitung)*
- Gesamteinschätzung über den Erfolg der Ausbildung

Darüber hinaus ist der Erwerb eines Sportbootführerscheins und der Rettungsfähigkeit im Wasser empfehlenswert.

Schreiben vom 28. April 2026

Die Ausbildungsmaßnahmen für den Erwerb einer Lizenz sollen grundsätzlich innerhalb von zwei Jahren abgeschlossen sein.

Lehrgangsgebühren: 360 € für LRVN-Mitglieder, 460 € für DRV-Mitglieder
Enthalten sind Unterkunft (Mehrbettzimmer), Verpflegung, Unterrichtsmaterialien. Fahrtkosten werden nicht erstattet.

(Hinweis zur Absage der Teilnahme bis Meldeschluss: Rückerstattung des vollen Kostenbeitrags; Absage nach Meldeschluss: Rückerstattung des Kostenbeitrags abzüglich der Gebühren für vorgenommene Buchungen)

• • • **Lehrgangsführung:** Markus Strunk

Anmeldeschluss: Montag, 29.06.2026

Die Anzahl der Teilnehmer ist auf 18 Plätze begrenzt. Übersteigt die Anzahl der Anmeldungen die vorhandenen Plätze, findet eine Auswahl statt. *(Begrenzung der Plätze pro Verein, Reihenfolge nach Eingang der vollständigen Anmeldung)*

Mit rudersportlichen Grüßen

• • • **Markus Strunk**

Referent Lehre und Ausbildung

Schreiben vom 28. April 2026



Anmeldung

gemäß Ausschreibung wird vom Landesruderverband Niedersachsen e.V. ausgeschriebenen Veranstaltung verbindlich angemeldet:

An

Landesruderverband Niedersachsen e.V.

(per E-Mail: lehre@lrvn.de)

Veranstaltung

Ausbildung Trainer-C Leist. (TCL 2026-09)

Orte

Hildesheim u.a.

Persönliche Daten

Name, Vorname:

.....

Adresse/Anschrift

.....

Telefon: E-Mail:

Geburtsdatum (TT-MM-JJJJ):Geschlecht: divers weiblich männlich

Essen vegetarisch: Ja Nein Lebensmittelunverträglichkeit:

Ruder:in seit: Trainer:in im Ruderverein: Ja Nein Altersgruppe:

Erwerb der DOSB-Lizenz Trainer C Leistungssport Rudern gewünscht: Nein / Ja

Ich bin damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten (Name, Vorname, Geburtsdatum, Anschrift und E-Mail-Adresse) vom LRVN verarbeitet, gespeichert und zum Zwecke der Lizenzausstellung an den DRV und an das DOSB-Lizenzmanagementsystem (LiMS) weitergegeben werden. Die erhobenen Daten werden in LiMS für die Dauer von 10 Jahren gespeichert. *(Bei Widerruf kann keine DOSB-Lizenz ausgestellt werden!)* Mit der Veröffentlichung von Fotos der Veranstaltung in den Medien von LRVN und DRV bin ich einverstanden / bin ich nicht einverstanden. *(Nicht-Zutreffendes bitte streichen)*

Unterschrift

Ort, Datum

Teilnehmer/-in (ggf. Erziehungsberechtigte/r)

Verein

Unterschrift

Ort, Datum

eines vertretungsberechtigten Vorstandsmitglieds

Vereinsstempel