

Offizielle Ausschreibung zum

## Para-Trainingslager und Zusammenkunft von Ruderern mit Behinderung körper- und geistigbehindert

Vom 16.7.2018 bis 21.7.2018

in 15562 Rüdersdorf, Seestraße 13 auf dem Gelände des RRVK am Kalksee

Wir, der Rüdersdorfer Ruderverein – zusammen mit DRV und DBS – möchten euch **alle**, Sportler, egal ob und welche Indikation / Behinderung (geistig, psychisch, körperlich), und eure Betreuer zu einem Trainingslager nach Rüdersdorf einladen. Nichtbehinderte, interessierte Sportler sind ebenfalls herzlich willkommen. Es soll vor allem ein Erfahrungsaustausch werden, bei dem der Bedarf an Unterstützung und Wissen aufgezeigt werden soll. Es wird kein reines Wettkampftrainingslager, auch wenn behinderte Rennruderer kommen! Gemeinsame Übungen, Ausfahrten und kleine Spaßwettfahrten und ein großes Kennenlernen sind die Hauptziele. Wenn die Betreuer und Sportler der Meinung sind, ein Wettkampf zum Abschluss wäre gut, dann soll auch das möglich werden.

Die Ausbildung der Sportler ist nur so gut wie die Ausbildung der Trainer und Übungsleiter. Die Leitung des DRV und des BSB (Behindertensportverband Brandenburg) haben es ermöglicht, dass diese Woche mit Lehrinhalten versehen und als Lizenzverlängerung der Lizenzstufen 1 bis 3 anerkannt wird. Die Lehrinhalte sind auf das Thema „Rudern mit Behinderung“ abgestimmt und erlauben eine Grundkenntnis zum Thema Behinderung, Behinderungsformen, Bootsmaterial, Umgang mit behinderten Sportlern auf dem Wasser, beim Trockentraining.

Aktivitäten unserer Handicapabteilung können angesehen werden z. B. bei Facebook unter [www.facebook.com/para.rrvk/](http://www.facebook.com/para.rrvk/)

Wenn Teilnahme bekundet wird, teilt mir bitte mit ob eine Übernachtung auf Luma möglich wäre, Pensionen bitte selber organisieren. Platz für Zelte haben wir genug, eine Sporthalle auch. Stellplatz für Anhänger ist vorhanden, auch für das ein oder andere Wohnmobil.

**Meldet euch bitte bis 30.06.2018 an**, Meldeschluss. In der Anmeldung gebt bitte die Teilnehmer und die Art der Behinderung an. Wir werden die Veranstaltung auch für eine kleine Gruppe durchführen.

**Verwendet bitte die Meldeliste aus der Anlage!**  
**Diese als Mail an [handicap@ruedersdorfer-ruderverein.de](mailto:handicap@ruedersdorfer-ruderverein.de)**

Danke, beste Grüße aus Rüdersdorf  
Lutz Bühnert

Abteilungsleiter Handicapsport im RRVK

Hinweis: Für den Fall der Lizenzverlängerung durch den DRV gilt die Einverständniserklärung Lizenzen, Allgemeine Geschäftsbedingungen zu Seminaren des DRV, siehe [www.rudern.de/bildung](http://www.rudern.de/bildung)

Anlagen: Meldeliste, Liste mit Pensionen, Ablaufplan mit Lehrgangsinformationen, Kostenplanung

## Ablaufplan

Trainingslager Para Juli 2018, 16.-21.7.2018

Wir werden die Themenblöcke nicht thematisch abarbeiten, sondern in Seminarform während der Arbeit mit unseren Sportlern behandeln und inhaltlich erarbeiten. Abends erfolgt in gemeinsamer Betreuerunde eine Zusammenfassung mit Diskussion, samt Frage und Antwortspiel

	LG Thema		
16. Jul			Anreise bis ca 12:00, Mittagessen und Kennenlernen. Boote fertig machen Einteilen in Gruppen / Trainingsgruppen
	1; 2; 5 (in Teilen)		Informationen der Betreuer über die Indikationen / Verbandsinfo
17. Jul	5, 6	09:30–12:00	Üben in Turnhalle, Kasten und Kraftraum
	2; 3; 4;	14:00–18:30	Praktisches am Boot
18. Jul	2; 3 4, 5, 7	9:30–12:00	Gemeinsames Training und üben auf dem See
	2; 3 4,	14:00–18:00	Gruppenarbeit an Land zum Thema Boot
19. Jul	2; 3; 4; 5, 7	09:30–17:00	Tagesausfahrt Stienitzsee, ca 8 km (eine Tour) mit Kurvenfahrt, Kanalfahrt, offener See Picknick am Stienitzsee, Badepause
20. Jul	2; 5; 6	09:30–12:00	Übungen in Halle, Arbeiten mit Sehbehinderung, Training mit körperbehinderten
		14:00–18:00	Spiele, Übungen mit Kleingeräten (Seile, Ringe, Bälle Keulen, Kegel)
21. Jul	2; 3; 4, 5; 7	09:00–13:00	"Regatta" mit allen, die dabei sind bis ca 13:00 Uhr, dann Einpacken und Abreise gegen 15:00 Uhr Abreise ist auch erst am Sonntag möglich

Lehrinhalte zum Thema

### 1. Vorstellung der Verbände DRV, DBS, SOD, INAS

2 LE	DRV	Grundstruktur ist bekannt	kümmert sich um alle Sportler und Mitglieder fördert ausschließlich FISA und olymp. Bootsmannschaften
	DBS	Grundstruktur parallel zum DRV	kümmert sich um (fast alle) beh. Sportler fördert ausschließlich die paralymp. Sportarten und Bootsklassen

Direkte Ansprechpartner für Para Rudern

DBS Trainer Rudern: Jochen Weber  
Sachbearbeiter Rudern Marc Lembeck

Landesverband BSB

versucht die strukturelle Einbindung der Vereine in die Behindertensportbetreuung organisiert Talenttage u. a. auch zu Sichtungszwecken.

verbreitet Informationen, ist Ansprechpartner bei Fragen zu Regeln und Ausbildung

Direkter Ansprechpartner für Rudern mit Behinderung:

AK Handicap & Inclusion Axel Eimers  
Lutz Bühnert

INAS International

kümmert sich um die Sportarten für Sportler mit geistiger Behinderung  
DBS ist Mitglied. Deutschland bewirbt sich um einen Platz im INAS Rowing Committee  
Rudern ist noch keine in Bootsklassen ausgefahrene betreute Sportart

SO international

kümmert sich um die Sportarten für Sportler mit geistiger Behinderung  
Rudern ist noch keine in Bootsklassen ausgefahrene betreute Sportart

SOD deutscher Ableger

kümmert sich um die Sportarten für Sportler mit geistiger Behinderung  
Rudern ist noch keine in Bootsklassen ausgefahrene betreute Sportart  
beginnende Gespräche,  
Möglichkeit der Vorstellung des Rudersportes im Kiel 2018 während der SOD Spiele

**2. Behinderungsklassen**

1 LE

Para (lympisch)	PR1	AS
	PR2	TA
	PR3	LTA

nichtparalympisch VI LTA  
ID

### 3. Bootsklassen

1 LE PR1 1x; W&M  
PR2 1x; W&M; 2xmix; 2-w, 2-m  
PR3 4+mix  
ID intern. 4+mix, national ohne Festlegung

### 4. Boote & Material

3 LE 1x TA; AS, LTA oder ID Boot  
Festsitz mit Rückenlehne Gurtordnung, Schwimmer  
ohne Rollbahn mit fixierter Sitzschale Gurtordnung  
ohne Einschränkungen

2x TA, LTA, ID  
ohne Rollbahn, mit fixierter Sitzschale  
ohne Einschränkungen

4x Standartboot

Schwimmer Muster, samt Einstellung und Auswirkungen  
Festsitz Muster, samt Einstellung und Auswirkungen  
Skull in Abhängigkeit der Behinderungsklasse  
Rettungsmittel Automatikwesten: ja / nein / vielleicht

### 5. Training

2,5 LE Behinderungsformen und die damit verbundenen Trainingsbedingungen / Bewegungsmöglichkeiten  
Körperbeh.: komplette Querschnittslähmung  
inkomplette Querschnittslähmung  
Cerebral Parese  
Multiple Sklerose

Polyneuropathie  
Fehlbildungen  
Amputationen  
Fehl- oder Minderfunktionen  
Sehbehinderung  
Hörbehinderung  
Schlaganfall

1,5 LE

geistige Beh. Einteilung nach ICD 10

F70	leichte Intelligenzminderung	IQ 50-69
F71	mittelgradige Intelligenzminderung	IQ 35-49
F72	schwere Intelligenzminderung	IQ 20-34
F73	schwerste Intelligenzminderung	IQ <20

ab F71 immer verbunden mit Verhaltensauffälligkeiten

## 6.Übungen

4 LE

die Gruppen der beh. Sportler wird z. T. von den Teilnehmern dargestellt!

Turnhalle mit Gehbehinderten & Rollifahrern  
Ruderübungen im Becken mit sehbehinderten Sportlern  
Kraftraum mit Behinderung - sicher oder nicht

## 7. Wassertraining

mind.4 LE

Praxisübungen

## Einige Unterkünfte

Bitte im Internet nachsehen:

B1-Appartement.de  
Altlandsberger Str. 2  
15562 Rüdersdorf OT Tasdorf  
[www.b1-appartement.de](http://www.b1-appartement.de)

Hof Siebenschön  
Hans-Schröder-Straße 134  
15562 Rüdersdorf  
[www.hof-siebenschön.de](http://www.hof-siebenschön.de)

Wohnungsbaugenossenschaft Rüdersdorf eG  
Friedrich Engels Ring 43  
15562 Rüdersdorf  
[www.wbg-ruedersdorf-eg.de](http://www.wbg-ruedersdorf-eg.de)

Chau Asiatisches Restaurant und Pension  
Dr. Wilhelm-Külz-Straße 1  
15562 Rüdersdorf  
Telefon: 033638 62639  
[hwww.chau-asiatisches-restaurant.de](http://hwww.chau-asiatisches-restaurant.de)

Rüdersdorfer Ruderverein Kalkberge e.V.  
Seestraße 13  
15562 Rüdersdorf bei Berlin  
[www.ruedersdorfer-ruderverein.de](http://www.ruedersdorfer-ruderverein.de)  
Zeltquartiere, evtl. Sporthallenquartiere

## Kostenplanung

Je Teilnehmer und Tag:

Frühstück:	2,50 €, fast wie zu Hause, wir bereiten gemeinsam selber vor (Tischdienst?)
Mittagessen:	4,30 €
Abendessen:	3,00 €
Übernachtung Halle / Zelt	3,00 €, je nach Nutzung
Nutzung aller Einrichtungen:	3,00 €, (Halle, Becken, Kraftraum, Sanitär, Dusche , Seminargebäude)

Abrechnung nach Teilnahme, Anzahlung zu Beginn (am 16.7.18) nach Anmeldeunterlagen

An- und Abreise, Pensionsübernachtungen sind selbst zu organisieren / zu tragen.