

Sehr geehrte Trainer\*innen,  
Vereinsvorstände und  
Funktionsträger\*innen in unseren  
Rudervereinen in NRW!



Die Qualifizierung unserer Trainer\*innen im NW RV und weiterer Funktionsträger\*innen bleibt ein wichtiger Schlüssel zum Erfolg für unsere Ruderinnen und Ruderer und zugleich die Voraussetzung für ein attraktives Sportangebot und motivierte Bootsmannschaften im Leistungs- und Breitensport aller Altersgruppen.

Der Erwerb einer Trainerlizenz ist der Start in eine verantwortungsvolle Aufgabe, die regelmäßige Teilnahme an Fortbildungen die Garantie, dass Wissen aktuell bleibt und Erfahrungen im Austausch vertieft werden.

Ein weiteres Mal gilt es, allen Dank zu sagen für die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen und Engagement, meist im Ehrenamt, zu zeigen. Unser Anspruch ist es, mit einem zeitgemäßen und ansprechenden Qualifizierungsangebot die Kompetenzen zu schärfen, den Erfahrungsaustausch zu fördern und unsere besondere Wertschätzung zum Ausdruck zu bringen. Das **Trainersymposium im November 2024 in Essen** war mit knapp 60 teilnehmenden Trainer\*innen aller Lizenzebenen des Leistungs- und Breitensports ein voller Erfolg und

unterstreicht das Interesse an Weiterbildung und Erfahrungsaustausch. Eine Folgeveranstaltungen planen wir für Januar/Februar 2026.



### 1 C-Trainerqualifizierung

Die Lizenzlehrgänge qualifizieren für die Planung, Durchführung und Auswertung von Übungs- und Trainingseinheiten im Rudern, sowohl für den Breitensport, als auch im Bereich U-15 als der Einstiegsebene in den Nachwuchsleistungssport. Der Leistungssporttrainerlehrgang wird als 7-tägiger Präsenzlehrgang mit vorgeschaltetem, webbasiertem Selbststudium durchgeführt. Der Breitensporttrainerlehrgang folgt einem ähnlichen Ansatz. Die Präsenzphase ist jedoch auf 5 Tage reduziert. Dementsprechend ist ein zusätzliches Modul zu absolvieren. Dies kann der Basislehrgang für Übungsleiter\*innen sein (Angebot der Stadt-/Kreissportbünde) oder eine

Trainerhospitation in Verbindung mit einer Teilnahme an einer der (Wochenend-) Fortbildungen des NWRV im Jahr 2025.

- Kurs-Nr. xxx - C-Trainer\*innen Rudern, Leistungssport; Kursleitung Heiner Schwartz; Details noch offen; xx. – 2025,
- Kurs-Nr. 62501 - C-Trainer\*innen Rudern, Breitensport; Kursleitung Frank Baumgard; Ort: Kleve (Niederrhein); Unterstützung Clever Ruderclub e.V.; **16. – 20. August 2025**

Im Jahr 2025 wird ein weiteres Mal ein Lehrgang für Lehrer\*innen mit der Fakultas Sport (und nachgewiesener solider Ruderfähigkeit) zum Erwerb einer C-Lizenz angeboten. Die Anerkennung der Fakultas ermöglicht die Reduzierung auf drei Präsenztage, Online-Anteile und Hospitation. Die Durchführung erfolgt in Teilen überlappend mit dem Breitensporttrainerkurs.

- Kurs-Nr. 62502 – Lehrer-Trainer\*innen-Kurs, Ort: Kleve (Niederrhein); **18. – 20. August 2025**

### 2 Fortbildungen zum Lizenzerhalt

Für die Verlängerung einer Lizenz sind 15 Lerneinheiten der sportorientierten Fortbildung mit Bezug zur Traineraufgabe zu absolvieren und

nachzuweisen. Über die Anerkennung von Maßnahmen, die nicht durch den DRV oder einen der Landesruderverbände veranstaltet werden, entscheiden die Lehrreferenten des NW RV für die C-Lizenz-Inhaber\*innen bzw. der DRV für die B-/A-Lizenzinhaber\*innen. Die Vorlage erfolgt in der Verbandsadministration SAMS (persönlicher Mitgliederbereich) oder in schriftlicher/digitaler Form bei den Lehrreferenten des NW RV/DRV. Die Lerneinheiten sind während des Gültigkeitszeitraums einer Lizenz von vier Jahren zu einem beliebigen Zeitpunkt zu absolvieren und verlängern die C-/B-Lizenz um vier Jahre, unabhängig vom Datum der Fortbildung.

Ausgewählte Fortbildungsmaßnahmen des NW RV werden nach Genehmigung durch das Fachressort Bildung des DRV als Fortbildung zur Verlängerung auch einer A-/ B-Lizenz ausgeschrieben.

### 2.1 Webbasierte Fortbildungen

Der NWRV bietet zur Verlängerung einer C-Lizenz Fortbildungen (8 oder 15 Lerneinheiten) mit Schwerpunktsetzung wahlweise für den Leistungs- oder Breitensport an. Im webbasierten Format wird die Fortbildung im eigenen Zeitmanagement des Teilnehmenden (möglichst) in einem Zeitraum von zwei Monaten absolviert. Der „Einstieg“ ist jederzeit, individuell möglich. Die Fortbildung enthält Aufgaben aus den Bereichen Rudertechnik,

Athletik, Trainingslehre usw. und stellt dazu Lern- und Anschauungsmaterial bereit. Um dem Anspruch der Praxisorientierung der Fortbildung gerecht zu werden, enthalten die Fortbildungen Aufgaben, die im Trainingsbetrieb zu „lösen“



sind (z.B. Video-Technik-Analyse oder planen/durchführen/ auswerten von Trainingseinheiten mit besonderem Schwerpunkt). Die Arbeitsergebnisse sind zur Bewertung auf der hierzu genutzten LSB Lernplattform hochzuladen. Teilnehmende registrieren sich mit der ersten Teilnahme an einer Online-Fortbildung im Sportnetz des LSB NRW. (<https://www.meinsportnetz.nrw/account/login>) Eine der angebotenen Online-Fortbildungen bietet mit Lerninhalten aus dem Bereich Leistungssport für Breitensport-trainer\*innen die Möglichkeit zur Kompetenzerweiterung.

- Kurs-Nr. 64501 – Fortbildung C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt: **Nachwuchsleistungssport**;

- Kurs-Nr. 64502 – Fortbildung C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt: **Breitensport**;
- Kurs-Nr. 64503 – Fortbildung C-Lizenz Breitensport (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt: **Kompetenzerweiterung Leistungssport (Trainingslehre, Ausdauer/Kraft)**;
- Kurs-Nr. 64504 – Fortbildung C-Lizenz Breitensport (8 LE), inhaltl. Schwerpunkt: **Trainingslehre, mentales Training**;

### 2.2 Präsenz-Fortbildungen

Der NWRV bietet zur Verlängerung einer B-/ C-Lizenz Fortbildungen (15 Lerneinheiten) im Präsenzformat an. Im Jahr 2025 liegt der Schwerpunkt unverändert im Bereich Rudertechnik, ergänzt um die Themenbereiche Mentaltraining, Trainerkommunikation und Sensibilisierung zum „Schutz vor Gewalt“. Für erfahrene Ruder\*innen (ohne Trainerlizenz), die die eigene Technik verbessern wollen, werden vor allem Plätze im Lehrgang 63501 vorgehalten. Im Rahmen freier Kapazitäten können erfahrene Ruder\*innen an allen Fortbildungen teilnehmen.

- Kurs-Nr. 63501 – Fortbildung B-/C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt: Rudertechnik Theorie&Praxis (Leitbild, Ausbildungsmethodik, Fehlerkorrekturen, Videoanalyse im **Skullen**); Kursleitung: Frank Baumgard, Ort: Köln/Hürth

(Hürther Rudergesellschaft), **Sa. 12./ So., 13. April 2025**

- Kurs-Nr. 63502 – Fortbildung B-/C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE); Kursleitung Frank Baumgard; inhaltl. Schwerpunkte: Trainerkommunikation, mentale



Herausforderungen im Leistungssport, Sensibilisierung zum „Schutz vor Gewalt im Sport“;

Ort: Warendorf (Münsterland, Sportschule der Bundeswehr), **Sa., 22./ So., 23. November 2025**

### 2.3 Stützpunktfortbildungen

Hospitationen zur Verlängerung einer B-/C-Lizenz erfolgen bei einem Trainer/einer Trainerin mindestens der Lizenz-Ebene A (Stützpunkttrainer). Der Nachweis einschl. eines Hospitationsberichtes mit Unterschrift/Bestätigung des Stützpunkttrainers ist beim Lehrreferenten ([frank.baumgard@nwrsv.org](mailto:frank.baumgard@nwrsv.org)) über SAMS („Antrag auf Anerkennung zusätzl.

Lerneinheiten“) einzureichen (<https://www.rudern.de/media/6440/download>).

Stützpunkttrainer\*innen können darüber hinaus weitere Maßnahmen als Fortbildung anbieten und nach Absprache mit dem Lehrreferenten des NW RV in SAMS als Kurs anlegen. - **Nur für Trainer\*innen des NW RV!** Die Kadermaßnahmen der Landesleistungsstützpunkte können generell genutzt werden für Hospitationen. Kontaktpersonen:

- Ralf Wenzel (Landestrainer u. Leistungssportkoordinator NW RV): [ralf.wenzel@nwrsv.org](mailto:ralf.wenzel@nwrsv.org)
- Thomas Jung (Landestrainer NW RV): [thomas.jung@nwrsv.org](mailto:thomas.jung@nwrsv.org)

### 2.4 Sonderprojekte 2025

**Info-Plattform** - Der NWRV veröffentlicht Informationsmaterialien für Rudertrainer\*innen auf seiner Homepage (<https://www.rudern.nrw/>) in der Rubrik „Lehre + Ausbildung/ Trainingsmaterialien“. Die Unterlagen sind in Teilen passwort-geschützt. Tragen Sie sich in den fiktiven Kurs ein, um das Passwort zu erhalten.

- Kurs-Nr. 2499 - „Infoplattform für Rudertrainer\*innen“

**Bootsbau** - für interessierte und handwerklich geschickte Personen, die in ihren Vereinen

Boote reparieren und instand halten möchten. Kursleitung: Ralf-Peter Stumme, Mülheim Ort: Duisburg, Homberger Ruderklub Germania; Inhalt: Grundlagen Bootsbau, Transport, Pflege, Reparaturen an Kunststoffbooten, Skulls und Riemen, Trimmen von Booten **Sa., 10.5.2025, 09.30 Uhr - 16.30 Uhr, So., 11.5.2025, 09.30 Uhr - 16.00 Uhr.**

**Fahrtenleiter\*innen** - interessierte Wanderruder\*innen sollen Grundkenntnis in der Fahrtenleitung erwerben (theoretische/praktische Elemente,

- Wanderfahrt auf dem Rhein). Kurs-Nr. 65502 – „Lehrwanderfahrt“;

Kursleitung: Christoph Ehrle; **Sa., 28.6.2025, 09.00 Uhr** ab Bad Honnef über Köln (DJH Köln Deutz) bis **So., 29.06.2025, ca. 17.00 Uhr** zum Neuss Ruderverein. Ergänzt wird der Kurs durch einen Online-Kurs zum Thema „Sicherheit im Rudern“.

- Kurs-Nr. 64506 – Onlinemodul „Fahrtenleiter\*in“;

Die Fortbildung "Perspektivwechsel" bietet Interessierten die Möglichkeit, aus der Sicht von Binnenschiffer\*innen auf die Ruder\*innen zu schauen (Binnenschiffsimulator der Schifferberufsschule Duisburg-Homberg).

- Kurs-Nr. 65501 – Onlinemodul „Fahrtenleiter\*in“;

**Prävention** - Der Vorstand des NWRV hat ein Konzept zum „Schutz vor Gewalt im Sport“ erarbeitet und am 2.12.2024 in Kraft gesetzt. (@: [Schutzkonzept-NWRV 2024](#)). Ein Maßnahmenpaket bietet den Vereinen verschiedene Aktivitäten zur thematischen Sensibilisierung und als Handlungstraining für Trainer\*innen, Athlet\*innen und Vereinsvorstände an.

Referentin: Charlotte Hentrich, zertifizierte Sexualpädagogin, Aktivitäten können direkt vereinbart werden ([charlotte.hentrich@nwrv.org](mailto:charlotte.hentrich@nwrv.org)).

### Technik-Analyse

Trainer\*innen können sich zu Fortbildungsteams zusammenschließen und ein Projekt „Videoanalyse Rudertechnik“ bearbeiten.

- Kurs-Nr. 64505 – Fortbildung C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15LE);

Thema/Inhalt: „Videobasierte Technikanalyse im Rudertraining“, Erstellen von drei Technikvideos, Auswerten mit NW RV-Checklisten, Beschreiben der Fehler und Entwickeln von Übungsmustern für das Techniktraining (Aufgabe



im Team mit bis zu drei Trainer\*innen möglich); **individueller Bearbeitungszeitraum** (max. 3 Monate); Ansprechperson: Frank Baumgard

### 3 Nachwuchstrainer\*innen/Vorstufenqualifikation

- Kurs-Nr. xxx; „**Kindertrainerlehrgang**“ zum Erwerb des Zertifikats „Sporthelfer\*inn im Rudern“ und Vorstufenqualifikation zur C-Lizenz (Breitensport/Leistungssport); Kursleitung: Ruderjugend; **29./31. August 2025**; Ort: tbd

### 4 Organisation/Administration

Weitere Details über die NW RV Homepage. Die Anmeldung erfolgt über SAMS (SAMS-Beauftragte der Vereine). Persönliche und/oder vereinsungebundene Anmeldungen sind nur für Fortbildungen, nicht für die C-Lizenzausbildungen möglich. Die Kursgebühren

werden für alle Maßnahmen ausschließlich per SEPA-Lastschrift abgerechnet.

C-Lizenzerstellung bzw. Verlängerung erfolgt durch den NW RV bzw. den jeweils zuständigen Landesruderverband.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung und die Anmeldungen aus Ihren Vereinen.

Für den Vorstand

*Frank Baumgard*

