

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



Die Qualifizierung unserer Trainer\*innen im NW RV ist unverändert ein Schlüssel zum Erfolg für unsere Ruderinnen und Ruderer und zugleich die Voraussetzung für ein attraktives Sportangebot und motivierte Bootsmannschaften. Das gilt für den Leistungssport und den Breitensport aller Altersgruppen gleichermaßen.

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.

Mit großer Anerkennung und Respekt vor der Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen, sagen wir allen Trainer\*innen Dank für ihr Engagement. Aus diesem Grund ist es uns Verpflichtung, mit einem zeitgemäßen und ansprechenden Qualifizierungsangebot nicht nur die Trainerkompetenzen zu schärfen und den Erfahrungsaustausch zu fördern, sondern unsere besondere Wertschätzung zum Ausdruck zu bringen und mit den

Fortbildungen für unsere Trainer\*innen einen Mehrwert zu schaffen, der über die Traineraufgabe hinaus nutzbar und anwendbar ist.

### 1 Trainersymposium

Ganz besonders hinweisen möchten wir auf das **Trainersymposium am 16. November 2024 in Essen**. Hier wollen wir die Trainer und Trainerinnen **aller Lizenzebenen** aus dem NW RV in einer Tagesveranstaltung zusammenbringen, den



Erfahrungsaustausch fördern und zum Netzwerken anregen. Dies ist aus Sicht des NW RV eine zentrale Voraussetzung für eine transparente, durchgängige und nachhaltige Nachwuchsförderung, aber auch ein gutes Miteinander von Breiten- und Leistungssport. Offenbar war der Ansatz zu ungewöhnlich, als dass bereits beim ersten

Versuch im Jahr 2023 eine nennenswerte Zahl an Interessierten gewonnen werden konnte. Die Veranstaltung musste daher abgesagt werden. Frühzeitige Information ist hoffentlich das geeignete Hilfsmittel, um der Neuauflage im Jahr 2024 die notwendige Teilnehmerresonanz zu verschaffen.

- Kurs-Nr. 2455;  
Themen: „Resümee Paris 2024“; „Sportpsychologie – mentale Herausforderungen im Sport“ (Annette Link), Erkenntnisse aus der Sportmedizin (Dr. Kristian Schneider), Trainerkompetenz im „Umgang mit der Generation Z“ (NN), „Breiten- und Leistungssport – zwei Seiten einer Medaille, Chancen für Synergien“ (NN), (8 Lerneinheiten)  
Essen/Regattahaus; **16.11.2024**

### 2 C-Trainerqualifizierung

Die Lizenzlehrgänge qualifizieren für die Planung, Durchführung und Auswertung von Übungs- und Trainingsstunden im Rudern auf der unteren Ebene des sportartspezifischen Breitensports bzw. im Bereich U-15 als die Einstiegsebene in den Nachwuchsleistungssport. Der Leistungssporttrainerlehrgang wird als 7-tägige 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 in 2024.

- Kurs-Nr. 2490 - C-Trainer\*innen Rudern, Leistungssport; Kursleitung Heiner Schwartz; Essen/ Regattahaus (noch offen); **23. – 29.09.2024**,
- Kurs-Nr. 2460 - C-Trainer\*innen Rudern, Breitensport; Kursleitung Frank Baumgard; Hachen/Sundern am Sorpensee; Unterstützung Ruderclub am Sorpensee (zugesagt); **19. – 23. Juni 2024**,

### 3 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 Lehrbeauftragten 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 Lehrbeauftragten des NW RV/DRV. Die Lerneinheiten sind während des Gültigkeitszeitraums einer Lizenz von vier Jahren zu einem beliebigen Zeitpunkt zu absolvieren. Die erfolgreiche Teilnahme verlängert die Lizenz um vier Jahre, unabhängig vom Zeitpunkt dieser Teilnahme.

Ausgewählte Fortbildungsmaßnahmen des NW RV werden nach Genehmigung durch das Fachressort Bildung des DRV als

Fortbildung zur Verlängerung auch einer A-/B-Lizenz ausgeschrieben.

#### 3.1 Webbasierte Fortbildungen

Der NWRV bietet zur Verlängerung einer C-Lizenz Fortbildungen (15 Lerneinheiten) mit Schwerpunktsetzung wahlweise für den Leistungs- oder Breitensport an. Im webbasierten Format wird die Fortbildung im eigenen Zeitmanagement des Teilnehmenden 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). Die Arbeitsergebnisse sind zur Bewertung und ein kurzes Feedback hochzuladen. 2024 wird erstmalig eine Online-Fortbildung für Breitensporttrainer\*innen mit Lerninhalten aus dem Bereich Leistungssport zur Kompetenzerweiterung angeboten.

- Kurs-Nr. 2465 – Fortbildung C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE), inhaltl.

Schwerpunkt **Breitensport**;  
Bearbeitungszeit zwei Monate mit  
zeitlich beliebigem Einstieg

- Kurs-Nr. 2466 – Fortbildung C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt **Nachwuchsleistungssport**;  
Bearbeitungszeit zwei Monate mit zeitlich beliebigem Einstieg
- Kurs-Nr. 2464 – Fortbildung C-Lizenz Breitensport (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt **Kompetenzerweiterung Leistungssport (Trainingslehre, Ausdauer/Kraft)**; Bearbeitungszeit zwei Monate mit zeitlich beliebigem Einstieg

### 3.2 Präsenz-Fortbildungen

Der NWRV bietet zur Verlängerung einer B-/C-Lizenz Fortbildungen (15 Lerneinheiten) im Präsenzformat mit Schwerpunktsetzung im Bereich Rudertechnik an. Für erfahrene Ruder\*innen (ohne Trainerlizenz), die die eigene Technik verbessern wollen, werden acht Plätze im Lehrgang 2468 vorgehalten. Im



Rahmen freier Kapazitäten können erfahrene Ruder\*innen an allen Fortbildungen teilnehmen.

- Kurs-Nr. 2467 – Fortbildung B-/C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt: Rudertechnik Theorie&Praxis (Leitbild, Ausbildungsmethodik, Fehlerkorrekturen, Videoanalyse im **Skullen**), Grundlagen Bootskunde (Pflege, Wartung Reparatur von Booten); Kursleitung: Frank Baumgard, Ort: Köln/Hürth (Hürther Rudergesellschaft), **Sa. 06./ So., 07. April 2024**
- Kurs-Nr. 2468 – Fortbildung B-/C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE); Kursleitung: tbd; Referenten: Volker Grabow, Oliver Kampmeier, Rolf Kilzer; inhaltl. Schwerpunkt: Rudertechnik Theorie&Praxis (Leitbild, Ausbildungsmethodik, Fehlerkorrekturen, Videoanalyse im Skullen und **Riemen**); Ort: Essen (ETUF/RaB, angefragt!), **12./13. Oktober (Planung)**
- Kurs-Nr. 2469 – Fortbildung B-/C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE); Kursleitung Frank Baumgard; inhaltl. Schwerpunkte: Athletik, Rudertechnik

(Theorie, Videoanalyse), „das Ruderergometer und die Technikanalyse mit D-Coach“, soziale Kompetenz; Ort: Warendorf (Münsterland, Sportschule der Bundeswehr), **Sa., 23./ So., 24. November 2024 (Planung)**

### 3.3 Stützpunktfortbildungen

Die Kadermaßnahmen der Landesleistungsstützpunkte können generell genutzt werden für Hospitationen. Die Hospitation zur Verlängerung einer B-/C-Lizenz erfolgt 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@nwrw.org](mailto:frank.baumgard@nwrw.org)) über SAMS (Antrag auf Anerkennung zusätzl. Lerneinheiten) einzureichen (<https://www.rudern.de/media/6440/download>). Stützpunkttrainer 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!**  
Kontaktpersonen:

- Ralf Wenzel (Landestrainer u. Leistungssportkoordinator NW RV): [ralf.wenzel@nwrw.org](mailto:ralf.wenzel@nwrw.org)

- o Thomas Jung (Landestrainer NW RV):  
[thomas.jung@nwrw.org](mailto:thomas.jung@nwrw.org)

### 3.4 Sonderprojekt 2024

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

- Kurs-Nr. 2462 – Fortbildung C-Lizenz Leistungs-/Breitensport (15 LE); Thema: „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 3 Trainer\*innen möglich); **individueller Bearbeitungszeitraum** (max. 3 Monate); Ansprechperson



Frank Baumgard

### 4 Nachwuchstrainer\*innen/Vorstufenqualifikation

- Kurs-Nr. 2440; „Kindertrainerlehrgang“ zum Erwerb des Zertifikats „Sporthelfer\*innen im Rudern“ und Vorstufenqualifikation zur C-Lizenz

(Breitensport/Leistungssport); Kursleitung Ruderjugend u. Frank Baumgard; Warendorf (Sportschule der Bundeswehr)/Senden (Ruderverein Senden) oder Lüdinghausen (Ruderverein Lüdinghausen) (angefragt); **14./15. September 2024**

Maßnahmen ausschließlich per SEPA-Lastschrift abgerechnet.

Lizenzerstellung bzw. Verlängerung erfolgt durch den NW RV.

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

Für den Vorstand,

Frank  
Baumgard



### 5 Organisation/Administration

Über unsere NW RV Homepage erfahren Sie die notwendigen Details. Die Anmeldung erfolgt über SAMS und dabei in der Regel über den SAMS-Beauftragten des Vereins. Persönliche und/oder vereinsungebundene Anmeldungen sind nur für Fortbildungen, nicht für die C-Lizenzausbildungen möglich. Die Kursgebühren werden für alle

Datum	KursNr.	Bezeichnung
fortlaufend ab 03/2024	2464 D	Fortbildung Breitensport (mit Inhalten aus dem Leistungssport)
fortlaufend ab 03/2024	2465 D	Fortbildung (Breitensport)
fortlaufend ab 03/2024	2466 D	Fortbildung (Leistungssport)
fortlaufend ab 03/2024	2462 D	Fortbildung „Videobasierte Technikanalyse“ (Teamprojekt)
06./07.04.2024	2467 P	Fortbildung Rudertechnik Theorie & Praxis (Skullen)
19. – 23. Juni 2024	2460 P/D	C-Lizenzlehrgang „Rudertrainer*in Breitensport“
14./15.09.2024	2440 P	Nachwuchstrainerlehrgang („Kindertrainerlehrgang“) 2024
23. – 29.09.2024	2490 P/D	C-Lizenztrainerlehrgang „Rudertrainer*in Leistungssport“
12./13.10 (Planung)	2468 P	Fortbildung Rudertechnik Theorie&Praxis (Skullen/Riemen)
16.11.2024	2455 P	Trainer*innen Symposium NW RV 2024
23./24.11.2024	2469 P	Fortbildung Athletik, Rudertechnik, soziale Kompetenz;
nach Vereinbarung	P	Trainerhospitation

Legende: P – Präsenzveranstaltung, D – web-basierter Kurs im Selbststudium mit Aufgaben im Trainingsbetrieb