



LANESRUDERVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.

Trainer B Rudern - Leistungssport (2. Lizenzstufe)

Der LRVBW führt im Auftrag des DRV und in Zusammenarbeit mit der Sportschule Steinbach (BSB Freiburg) einen Lehrgang zur Trainer B-Ausbildung durch.

Lehrgangsort: Landesleistungszentrum Rudern - Breisach, Sportschule Steinbach

Ausbildung zum Lizenzerwerb Trainer B Rudern Leistungssport

Anmeldeschluss: 01. Mai 2021

Lehrgangsgebühr: € 350,-- (gesamt - für alle Teillehrgänge)

Termine:

B21-R	Trainer B LS Ruderspezifisch	15. - 18. Juli 2021	Breisach
B21-G	Trainer B LS Grundlehrgang	21. - 23. September 2021	Sportschule Steinbach
B21-P	Trainer B LS Prüfungslehrgang	23. - 24. September 2021	Sportschule Steinbach

Die DOSB-Lizenz Trainer B Leistungssport ist die zweite Lizenzstufe im DRV mit einem Umfang von 60 LE. Diese Ausbildung soll die Trainer B befähigen, u. a. die Inhalte der Trainer C-Ausbildung zu vertiefen, Training und Wettkämpfe planen, durchführen und zielgruppengerecht variieren und auswerten zu können sowie und in der Praxis zu berücksichtigen. Im Rahmen der Ausbildung sind Aufgaben zu erledigen, zum Beispiel eine Videoaufgabe mit Selbstreflexion und kollegialer Beratung. Außerdem finden Lernerfolgskontrollen statt.

Es gelten folgende Zulassungsvoraussetzungen:

1. Mindestalter 21 Jahre,
2. Mitgliedschaft in einem DRV-Verein, Meldung durch den Vorstand des Vereins
3. Besitz einer gültigen Lizenz Trainer C Leistungssport (nach Absprache Trainer C Breitensport)
4. Teilnahme an der gesamten Ausbildung,
5. Mindestens einjährige Tätigkeit als Trainer C,
6. Ruderische Qualifikation,
7. Die Teilnahme an einer Fortbildung (Umfang 15 LE)

Inhalte:

Training mit Nachwuchssportlern (Kommunikation mit Athleten und mit sozialem Umfeld)
Bootstraining und Rudertechnik (insb. Zusammenhänge von verschiedenen Leistungsfaktoren, Trainings- und Übungsformen, Aufgabenstellungen)
Orthopädische Probleme im Leistungstraining der Ruderer
Ergänzungs-/Indoor-Training, spezifisches Krafttraining im Nachwuchsbereich (u.a. Praxis des Langhantel-, Schwimm-, Ergometer-, Hallen-Trainings, Sensomotorik)
Regattaplanung und Rennvorbereitung (Auswertung des Trainings, Jahresplanung, mittelfristige Trainings- und Wettkampfplanung)
Boots-/Materialentwicklung, Trimmen
Ernährung, Entspannung
Gestaltung von Trainings- und Winterlagern
Verantwortung des Trainers (u.a. päd.-psych. Aspekte, u.a. Prävention sex. Gewalt, Ehrenkodex)
Informationen über Bildungsmaterial, Literatur zum Rudertraining, Lernplattformen
Das Leistungssportkonzept des LRVBW

Der Erwerb bzw. Besitz eines Motorbootführerscheins wird empfohlen.

Bitte beachten Sie die Möglichkeiten zum Bildungszeitgesetz!

Dr. Wolfgang Fritsch
Bildung & Sportentwicklung
Im LRVBW