

Sehr geehrte Vereinsvorstände, liebe Trainer*innen in unseren Rudervereinen in NRW!

Für das neue Jahr darf ich Ihnen/Euch im Namen des Vorstandes des NWRV alles Gute, sowie Erfüllung und Erfolg in der Aufgabe wünschen!

Im Jahr 2022 konnten wir im NW RV im Bereich der Trainerqualifizierungen weitestgehend zur Normalität zurückkehren und auch Präsenzmaßnahmen durchführen. Das Angebot des NW RV zur digitalen Fortbildung wurde trotzdem aufrechterhalten und genutzt. Ca. 60 C-Lizenzen konnten neu ausgestellt werden. Der Dank des NWRV Vorstandes gilt unverändert den Trainer*innen, die sich mit hoher Motivation der ehrenamtlichen Aufgabe in unseren Vereinen stellen und dabei das Angebot genutzt haben, um ihr Wissen zu vertiefen und die eigene Trainerkompetenz zu verstetigen. Ungeachtet dessen gilt es festzustellen, dass einige Lizenzen nur deshalb ihre Gültigkeit bewahrt haben, weil DOSB und DRV unter den Bedingungen der Corona-Pandemie eine Verlängerung zuließen, ohne, dass dafür eine Fortbildung besucht werden musste. Trotz eines breiten Angebots über die gesamte Pandemiezeit hinweg, hat sich auch der NW RV dem angeschlossen. Im Jahr 2023 laufen nun mehr als 120 C-Lizenzen aus. Dieser „Bugwelle“ gilt es zu begegnen. Der NW RV wird daher im Jahr 2023 das Fortbildungsangebot noch einmal ausweiten und dabei auch neue Formate anbieten. Ganz besonders hinweisen möchte ich auf das **Trainersymposium am 11. November 2023** 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 und zugleich ein wichtiger Aspekt, um unsere Vereine mit kleinem Leistungskader chancengleich einzubinden.

Die Qualifizierung unserer Trainer und Trainerinnen ist die Grundlage für eine gute und motivierende Förderung der sportlichen Aktivitäten unserer Ruderer und Ruderinnen und den sportlichen Erfolg.

1. C-Qualifikation/Vorstufenqualifikation

- C-Trainer*innen (KursNr. XXXX, Rudern) Leistungssport, **9. – 15. Oktober 2023 (Herbstferien)**, Essen, (Kursleitung: Heiner Schwartz)
- C-Trainer*innen (KursNr. 2356, Rudern) Breitensport für Lehrer*innen mit Fakultas Sport, **31. Juli - 2. August 2023**, Minden, (Kursleitung: Frank Baumgard, Schülerruderverband)
- C-Trainer*innen (KursNr. 2360, Rudern) Breitensport, **21. – 25. Juni 2023**, Sudern/Hachen (Hosting RC Sorpensee), (Kursleitung: Frank Baumgard)
- „Kindertrainerlehrgang“ zum Erwerb des Zertifikats „Sporthelfer*innen im Rudern“ und Vorstufenqualifikation zur C-Lizenz (Breitensport/Leistungssport), ...**2023**, Essen, (Kursleitung: Ruderjugend NRW)

2. Fortbildungen

Präsenz:

- B-/C-Lizenz Lstg/BrSp (KursNr. 2364, 15 LE)
Thema: Rudertechnik – Videoanalyse, Mobilisierung/Stabilisierung (Ruben Kamminga),

Krafttraining – Langhantel „Umsetzen“ (Martin Zawieja), Trainingsmethodik (Dr. Steffen Held)

Organisation: **25./26. März 2023, Warendorf**, (Kursleitung: Frank Baumgard, Hosting Sportschule der Bundeswehr, DEULA Warendorf) – **Dieser Lehrgang ist die Neuauflage des ausgefallenen Kurses 2264 aus Nov/2022, freie Plätze stehen nur noch bei Stornierung von Anmeldungen aus 2022 zur Verfügung.**

- **C-Lizenz Leistungs-/Breitensport** (KursNr. 2363, 15 LE)
Thema: „Rudertechnik – vom Skullen zum Riemen“ (Referent Volker Grabow und Rolf Kilzer), Prävention sex. Gewalt im Sport (Frank Baumgard), Trainer-Kommunikation (Oliver Kampmeier), Functional Training (Referent: Jan Chmielewski), Regattawesen (Tobias Weysters)
Organisation: **Sa. 21./ So. 22. Oktober 2023**, Duisburg/Wedau, (Kursleitung: Frank Baumgard, Hosting Duisburger Ruderverein e.V.)
- **NW RV Trainersymposium 2023** (KursNr. 2355, 8 LE), für Trainer*innen aller Lizenzstufen
Thema: „Resümée 2023 – ein Jahr vor Paris“, die Trainingsmethodische Grundkonzeption des DRV, Sportpsychologie – mentale Herausforderungen im Sport
Organisation: **Sa., 11. November 2023**, Essen/Regattahaus, (Kursleitung: Frank Baumgard, Ralf Wenzel)
- **Stützpunktfortbildung 1 für Rudertrainer*innen** mit B-/C-Lizenz (KursNr.2352, 8 LE)
Thema: Methoden der Trainingsüberprüfung
Organisation: **Sa., 13. August 2023**, Essen/Regattahaus, (Kursleitung: Ralf Wenzel/Thomas Jung)
- **Stützpunktfortbildung 2 für Rudertrainer*innen** mit B-/C-Lizenz, (KursNr.2353, 8 LE)
Thema: Mobilisierung/Stabilisierung, Trainingsplanung biomechanische Grundlagen des Ruderns
Organisation: **Sa., 29. Oktober 2023**, Münster/RVM, (Kursleitung: Benedikt Göller/Thorsten Kortmann)
- **Hospitation für Rudertrainer*innen** mit B-/C-Lizenz (Leistungssport) (KursNr. 2354a ff, 15 LE)
Thema: Hospitation im Rahmen eines Kadertrainings (Stützpunkttraining), Begleitung/Unterstützung eines Stützpunkttrainers/ einer -trainerin und Erstellen eines Hospitationsberichtes
Organisation: **XX 2023**, Essen/Dortmund (jeweils 3-4 Trainer*innen je Wochenendmaßnahme, Leitung: jew. Stützpunkt-/Kadertrainer*in)

Webbasierte Fortbildungen

- C-Lizenz **Leistungs-/Breitensport** (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt Breitensport mit Rudertechnik, Trainerkompetenz, Athletik; Kursleitung: Frank Baumgard, individuelle Bearbeitung
Kurs 1 - KursNr. 2365, **März – Juli 2023**
Kurs 2 - KursNr. 2367, **September – Dezember 2023**
- C-Lizenz **Leistungs-/Breitensport** (15 LE), inhaltl. Schwerpunkt Nachwuchsleistungssport mit Rudertechnik, Trainerkompetenz, Krafttraining); Kursleitung: Frank Baumgard, individuelle Bearbeitung

Kurs 3 - KursNr. 2366, **März – Juli 2023**

Kurs 4 - KursNr. 2368, **September – Dezember 2023**

- C-Lizenz **Leistungs-/Breitensport** (KursNr. 2269, **8 LE**), (inhaltl. Schwerpunkt Nachwuchsleistungssport mit Rudertechnik, Krafttraining); Kursleitung: Frank Baumgard, individuelle, zeitlich selbstbestimmte Bearbeitung durch die Teilnehmenden

Sonderprojekt 2023

- **Videoanalyse zur Rudertechnik** für Rudertrainer*innen mit C-Lizenz (KursNr.2351, 15 LE)
Thema: Systematische Videoanalyse im Techniktraining, Erstellen von 3 Technikvideos, Auswerten mit NWRV-Checklisten, Beschreiben der Fehlermuster und Entwickeln von Übungsmustern für das Techniktraining als Teamarbeit von 2-3 Trainer*innen
Organisation: **individueller Bearbeitungszeitraum (max. 3 Monate)**, (Kursleitung: Frank Baumgard/ Landestrainer/ Lehrreferenten NW RV)

Ausbildung Fahrtenleiter*innen

- **Lehrwanderfahrt 2023 für Fahrtenleiter*innen** in Funktion oder für die Funktion vorgesehen
Thema: Planung von Wanderfahrten, Aufgaben von Fahrtenleiter*innen, Sicherheit im Rudern
Organisation: ... **2023** (3 Tage Fr-So) und Online-Anteil, Ruderrevier Ruhr, (Kursleitung: Kai-Uwe Holze, Frank Baumgard)

Über unsere NWRV Homepage erfahren Sie die notwendigen Details. Die Kurse sind in Teilen bereits buchbar. Die Anmeldung erfolgt über SAMS und dabei in der Regel über den SAMS-Beauftragten des Vereins. Persönliche und/oder vereinsungebundene Anmeldungen sind ebenfalls möglich. Die Kursgebühren werden in beiden Fällen per SEPA-Lastschrift abgerechnet. Lizenzerstellung bzw. Verlängerung erfolgt durch den NW RV.

Abschließend sei erneut auf die Internetseite des NW RV (www.rudern.nrw), im Bereich „Lehre und Ausbildung“ hingewiesen, hier werden Informationen zur Technikausbildung, zur Trainingsgestaltung und zur Qualifizierung bereitgestellt. Informieren Sie sich und helfen Sie, diese Plattform bedarfsgerecht weiterzuentwickeln und mit wertvollen Informationen zu bestücken.

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

Für den Vorstand,

Frank Baumgard