

## Ausbildungsrichtlinie RC

1. Die Ausbildungsordnung sieht 7 **Kompetenzgruppen** vor:

- I Anfänger
- II Fortgeschrittene 1
- III Fortgeschrittene 2 (Obleute)
- IV Ruderer mit Rennbootqualifikation
- V DRV – Regattasportler - Kurzstrecke
- VI Leistungssportler
- VII Kinderruderer

2. **Ziele** sind:

- a. Erfüllung der Vorgaben von §3 der Sicherheitsrichtlinie des DRV
- b. das fortschreitende Erhöhen der Selbständigkeit im Ruderbetrieb unter Beachtung der Haftungs- und versicherungsrechtlichen Erfordernisse. Der Übergang zu den einzelnen Stufen erfolgt nach Erlangung bestimmter Kenntnisse und Fertigkeiten, die im *Kompetenzschema Rudern* beschrieben werden.

3. **Übergänge** zwischen den Gruppen:

| von | nach | Durch  | mit   |
|-----|------|--|---|
| I   | II   | Teilnahme am Anfängerkurs - 4 Wochen / 2x wöchentlich  | ÜL-Betreuung; Abschluss Anfängerkurs                |
| II  | III  | Nachweis von 1.000 km Gig-Mannschaftsboot und 150 km im Gig-Einer und anschließender Obmann-Schulung               | ÜL-Betreuung Gigboot; Obmann-Schulung (theoretisch) |
| III | IV   | Nachweis von 500 km im Renneiner oder ehemaliges Mitglied in V oder VI   | ÜL-Betreuung Rennboot; Rennboot-Pfng.*              |
| IV  | V    | Vorlage Individueller Regatta- und Trainingspläne  | Jährliche Absprache und Genehmigung durch Trainerin |
|     | VI   | Mitglied in der Leistungssportabteilung mit dem Ziel der Teilnahme an nationalen / Internationalen Meisterschaften | Entscheidungshoheit Trainerin / ÜL                  |
|     | VII  | Kinderrudern   | Entscheidungshoheit Trainerin / ÜL                  |

- 4. Zur **Vorbereitung** der Prüfungen bietet der RC Materialien und Kurse an. Obleute-Kurse sollen mehrmals im Jahr angeboten werden. Sie finden statt, wenn genügend Anmeldungen vorliegen.
- 5. Das Bootsmaterial ist den Kompetenzgruppen zugeordnet. (siehe Bootsordnung). Bei der Boote Nutzung einer Mannschaft gilt: Die niedrigste Kompetenzgruppe bestimmt die Bootsauswahl.

6. **Weitere Ausbildungsangebote** können sein:

- Technikverbesserung durch Video-Analyse
- Steuern auf der Lippe
- Obleute-Qualifikation auf Wanderfahrten
- Fahrtenleitung auf Wanderfahrten (evtl. mit NWRV)
- ÜL-Qualifikation (mit NWRV/DRV)
- Bootseinstellung

\*Überprüfung der Qualifikation durch Trainerin:

1. Sicheres Tragen des Bootes zu Wasser und einlegen. Dasselbe beim Anlegen und Rausholen.
2. Ablegen mit abstoßen.
3. Rudern, Blätter frei vom Wasser
4. Beim zügigen Rudern stoppen auf Kommando (Crash Situation)
5. Ausweichen in angesagte Richtung auf Kommando aus der stehenden Position (Ausweichsimulation)
6. Bootseinstellung
7. Wenden beide Seiten in 4-5 Schlägen

--