

Kompetenzschema Rudern

Die beschriebenen Kompetenzen sollte der Sportler durch realistische Selbsteinschätzung bzw. Wahrnehmung erkennen und verantwortungsbewusst handeln!

Gruppe I: Anfänger - ohne Vorkenntnisse, Schwimmer

- Ausbildung durch ÜL in Gig-Booten mit Macon-Blättern

Gruppe II: Fortgeschrittene 1 - Ruderer mit abgeschlossenem Ruderkurs, Mitglied Ruderabteilung RC Hamm

- Grundlegende Kenntnisse im Rudern
- Grundlegende Kenntnisse im Umgang mit Bootsmaterial
- Kenntnis und Bestätigung der Ruderordnung und Sicherheitsrichtlinie bei und durch Vereinsbeitritt
- Weitere Betreuung und Ausbildung durch ÜL

Gruppe III: Fortgeschrittene 2 - Ruderer mit sicheren Fertigkeiten im Gig-Boot:

- Sichere Ruderfähigkeiten einschl. Fußsteuerung
- Beherrschen der Rudermanöver und -kommandos
- Eignung zum Bootsobmann
- Eigenverantwortliches Rudern
- für Regattavorbereitung
- Ggf. weitere Ausbildung durch ÜL, Kursangebot

Gruppe IV: Ruderer mit Rennbootqualifikation - Ruderer mit sicheren Fertigkeiten im Rennboot: nach Ausbildung oder im Leistungssport erworben

- Sicherer Umgang mit Rennbooten: Transport, Pflege
- Beherrschen der Rudermanöver im Rennboot
- Sicheres Rudern im Skiff ggf. Renneiner
- Ggf. weitere Ausbildung durch ÜL, Kursangebot

Gruppe V: DRV – Regattasportler Teilnahme an 1000 Meter Kurzstreckenregatten

- *Masterrudern (leistungssportbetont)*: Eigenverantwortliches Rudern nach Absprache mit Trainer und Ruderausschuss. Zusätzlich muss vor Saisonbeginn ein Individueller Regatta- und Trainingsplan vorgelegt werden.

Gruppe VI: Leistungssportler

- *Leistungssport*: Betreuung und Bootseinteilung durch Trainerin Katrin Rutschow

Gruppe VII: Kinderruderer

- *Kinderrudern*: Betreuung und Bootseinteilung durch Trainer Nils Lommatzsch und ÜL