



LRVN.de • c/o M. Strunk • Grünegräser Weg 78 b • 49565 Bramsche

An die

Mitgliedsvereine im  
Landesruderverband Niedersachsen e. V.



Markus Strunk  
Referat Lehre und Ausbildung  
Grünegräser Weg 78 b  
49565 Bramsche  
Tel.: +49 5461 7079585  
E-Mail: lehre@lrvn.de

Bramsche, 08. August 2018

### **Ausschreibung**

### **Qualifikation Rudern – Fortbildungslehrgang „Zielorientierte Trainingsgestaltung im Kinderbereich“ 2018**

Der Landesruderverband Niedersachsen e.V./ Ruderjugend Niedersachsen schreiben einen Lehrgang für die TrainerInnen, JugendleiterInnen und AusbilderInnen von Kindern und Jugendlichen aus, der auch für die Verlängerung der Trainer-C-Lizenz (6 LE) anerkannt werden kann. Die TeilnehmerInnen sollen in die Lage versetzt werden, ein kindgemäßes allgemeinathletisches Training in die Ruderausbildung einzubauen und entsprechend anzuleiten.

**Termin:** Samstag, 17. November 2018, in Meppen

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Sensibilisierung für ein zielorientiertes Training, Vorbereitung auf den Leistungssport (sensitive Phasen, physische Grundausbildung im Bereich Mobilität, Stabilisation, Koordination, Schnelligkeit), Motivationsansätze für ein Lauftraining zum Aufbau der Grundlagenausdauer, Einblicke in die Trainingsempfehlung für Jungen und Mädchen (DRV, 2016). Referentin ist Larissa Vent, LRVN Stützpunkttrainerin.

Die Anzahl der TeilnehmerInnen ist auf 20 Plätze beschränkt. Übersteigt die Anzahl der BewerberInnen die Teilnehmerplätze, findet eine Auswahl statt (Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen, Begrenzung der Plätze pro Verein). **Anmeldeschluss:** 01.10.2018

**Lehrgangsgebühr:** 15 € für LRVN-Mitglieder (inkl. Verpflegung); Fahrtkosten werden nicht erstattet.

Mit rudersportlichen Grüßen

*gez. Markus Strunk*


Referent für Lehre und Ausbildung

*gez. Roland Schreiber*

Vorsitzender Ruderjugend Niedersachsen

**LANDESRUDERVERBAND NIEDERSACHSEN e.V.**

 Rakampsköhe 6b • 21407 Deutsch Evern

 +49 4131 79559

 info@lrvn.de

**BANKVERBINDUNG**

Kreissparkasse Verden (Aller)

BIC: BRLADE21VER

IBAN: DE12 2915 2670 0010 0800 42



**Ausschreibung  
Qualifikation Rudern – Fortbildungslehrgang „Zielorientierte Trainingsgestaltung im Kinder- und Jugendbereich“ 2018**

**Programm**

|                              |  |
|------------------------------|--|
| Termin                       | Samstag, 17. November 2018   |
| Ort                          | Wassersportverein Meppen e. V., Widukindstraße 22, 49716 Meppen  |
| Programm                     | bis 9:30 h Anreise<br>09:30 Uhr Begrüßung & Lehrgangseröffnung<br>10:00 Uhr - 12:00 Uhr Theoriephase (Inhalte: siehe Anschreiben)<br>12:00 Uhr Mittagessen<br>13:00-15:30 Uhr Praxisphase in der Sporthalle (Inhalte: siehe Anschreiben)<br>15:30-16:00 Uhr Abschlussrunde & Lehrgangsende |
| Referentin                   | Larissa Vent, Lüneburg   |
| Lehrgangsleitung             | Markus Strunk, Grünegräser Weg 78 b, 49565 Bramsche<br>Tel.: 05461 7079585, E-Mail: lehre@lrvn.de  |
| Meldeschluss                 | Montag, 01.10.18   |
| Lehrgangsgebühr & Teilnehmer | 15 € je TeilnehmerIn (für Vereinsmitglieder aus LRVN-Verbandsvereinen)   |
| Hinweise                     | Gemeinschaftsverpflegung,<br>Sportkleidung für drinnen (Sporthalle) mitbringen   |



**Anmeldung**

gemäß Ausschreibung melden wir zu der folgenden, vom Landesruderverband Niedersachsen e.V. ausgeschrieben Veranstaltung verbindlich an:

An  
**Landesruderverband Niedersachsen e.V.**  
c/o Markus Strunk  
Grünegräser Weg 78b  
49565 Bramsche

|   |            |
|---|------------|
| <b>• • • Veranstaltung</b>  | <b>Ort</b> |
| Fortbildung „Zielorientierte Trainingsgestaltung im Kinder- u. Jugendbereich“ | Meppen     |

**Persönliche Daten**

Name, Vorname .....

Straße, Hausnummer .....

• • • Postleitzahl, Ort .....

Telefon ..... E-Mail: .....

Geburtsdatum (TT-MM-JJJJ) ..... Geschlecht  Weiblich  Männlich

Vegetarier  Ja  Nein Lebensmittelunverträglichkeit: .....

Trainer/Übungsleiter im Ruderverein  Ja  Nein Altersgruppe: .....

Der Speicherung und Weitergabe meiner Daten durch den Landesruderverband Niedersachsen e.V. zur Durchführung des Lehrgangs stimme ich zu.

Unterschrift ..... Ort, Datum .....  
Teilnehmer, ggf. Erziehungsberechtigter

Verein .....

Unterschrift ..... Ort, Datum .....  
eines vertretungsberechtigten Vorstandsmitglieds

Vereinsstempel