

# **Grundkonzeption Rennrudern**

## **Jugendabteilung / Leistungssport**

Im Rahmen der vom Vorstand nach der Jahreshauptversammlung angeregten Agenda 2021, wird sich die der Rennruderbetrieb der Jugendabteilung des Rudervereins Dorsten neu strukturieren.

Hintergrund der Konzeption ist eine systematischere Herangehensweise für eine weiterhin erfolgreiche und nachhaltigere Jugendarbeit im Verein:

### **1. Problemstellung**

Im Jahr 2015 konnte der Ruderverein zwei engagierte, ehemalige Leistungssportlerinnen der eigenen Jugendabteilung als Übungsleiterinnen für die Kinderabteilung gewinnen. In den etwa 18 Monaten ihres Wirkens wurden bis zu 20 Kinder und Jugendliche für den Rudersport gewonnen. Bedingt durch das frühe Abitur nach 12 Schuljahren beendeten beide Übungsleiterinnen ihre Tätigkeit im Sommer 2016. Seitdem ist eine Übungsleiterstelle in dieser Altersklasse vakant. Das Training wird von den Juniorentrainern mit übernommen.

Stand Februar 2017 bestehen die Trainingsgruppen wie folgt:

Junioren	16 Aktive
Kinder	12 Aktive
Senioren	3 Aktive (BStpk Dortmund)

Im Sommer 2016 wurden neun Aktive aus der Kindergruppe altersbedingt (B-Junioren) der Juniorengruppe zugeordnet. Bis auf wenige Ausnahmen sind bisherige Trainings- und Saisonziele nicht erreicht worden. Unter der bisherigen Zielsetzung der Juniorengruppe sollten die Jugendlichen in 2016/2017 in einem Umfang von 3-4 Trainingseinheiten/Woche über die Teilnahme an regionalen Regatten an den Wettkampfbereich herangeführt werden. Für 2017/2018 wurden seitens der sportlichen Leitung die Heranführung an den Leistungssport im Rahmen von 4-5 Trainingseinheiten, sowie der Start auf nationalen Regatten der ersten Wettkampfebene angestrebt. Diese Ziele sind stand Februar 2017 nicht weiter anzustreben, da wichtige Grundlagen im Winter 2016/2017 nicht geschaffen werden konnten. Die Leistungsspanne zwischen den regelmäßig

trainierenden A-Junioren und den neu in die Juniorengruppe eingetretenen Aktiven ist enorm und kann mit dem derzeit investierten Trainingsaufwand nicht geschlossen werden. Eine Konzentration der Übungsleiter auf die defizitären technischen und konditionellen Rückstände kann im Rahmen des Juniorentrainings nur eingeschränkt geleistet werden, ohne dabei die Saisonziele der regelmäßig trainierenden A-Junioren zu gefährden.

Die Kinderabteilung des Rudervereins entwickelt sich, trotz einer vakanten Übungsleiterstelle, bestens. Durch systematisches Ergometertraining konnte die individuelle Physis bei Einzelnen bereits deutlich verbessert werden. Die gezeigten Wettkampfleistungen geben Grund zur vorsichtigen Annahme, dass wir mit den derzeitigen Jahrgängen (2003-2005) mittelfristig wieder Erfolge im Juniorenbereich erwarten können.

## **2. Maßnahmen**

Maßgabe ist die Sicherstellung einer nachhaltig, erfolgreichen Jugendarbeit im Verein, bei optimaler Ausnutzung der vorhandenen Vereinsressourcen.

Hierzu wird ab März 2017 die bisherige Herangehensweise in der Bildung einer Kinder- und Juniorengruppe aufgegeben.

Die bisherige Gruppeneinteilung sah folgende Struktur vor:



Über die Kinderabteilung hinaus ist der Ruderverein Dorsten mit seiner Juniorenabteilung in den vergangenen 10 Jahren überaus erfolgreich gewesen

und neben etlichen Medaillen auf Jugendmeisterschaften bereits zwei Juniorenweltmeister hervorgebracht.

Gut in der Kinderabteilung ausgebildete Sportler finden leicht Anschluss in der Juniorenabteilung, da direkt auf vorhandenen Grundlagen aufgebaut werden kann und eine ohnehin schon vorhandene Trainings- und Leistungsmotivation besteht. Trotzdem ist der Schritt in den Leistungssport ein Einschnitt in liebgewonnene Gewohnheiten, da sich Bezugspersonen, Mannschaftskollegen und Trainingsgewohnheiten verändern. Dieser Schritt ist für durchschnittlich begabte und durchschnittlich leistungsstarke Kinder oft zu groß. Mangelnde Motivation führt zur Vernachlässigung des eigenen Trainings. Ist der Anschluss verpasst, hören die meisten Sportler spätestens nach dem ersten Juniorenjahr auf.

Auf diese Art und Weise hat der Ruderverein in der Vergangenheit den einen oder anderen gut veranlagten Ruderer verloren. Andere wiederum zeigten erst im Juniorenbereich ihre gute Veranlagung und waren bzw. sind nachhaltig erfolgreich.

Ab März 2017 gilt folgende Einteilung der Trainingsgruppen:

**Jugendtraining (13-16 Jahre)**

***Teilnahme an regionalen Regatten***

***Individuelle Leistungsförderung***

**Leistungssport (17+)**

***Teilnahme an nationalen Regatten  
und Meisterschaften***

***Teilnahme am Leistungstraining***

***Trainingsverpflichtung***

**Allgemeiner Ruderbetrieb (17+)**

***Förderung von Sport und  
Gemeinschaft im Rahmen des  
allgemeinen Rudersports***

***Teilnahme an selbstorganisierten  
Regatten***

### **Jugendtraining (13-16 Jahre):**

Die Jugendabteilung umfasst zukünftig vier Jahrgänge. In 2017 wird übergangsweise der Jahrgang der 12-Jährigen mit hinzugenommen, ab 2018 besteht die Juniorenabteilung aus den Jahrgängen 2002-2005.

In dieser Trainingsgruppe werden die Jugendlichen an das Rennrudern herangeführt. Neben der Vermittlung der sportlichen Grundprinzipien, der rudertechnischen und der athletischen Ausbildung werden die Jugendlichen an das Wettkampfrudern auf Regatten herangeführt.

Es werden hier zunächst regionale Regatten besucht. Es wird seitens des Vereins keine Vorgabe zur Trainingsbeteiligung gemacht, jedoch eine regelmäßige Trainingsbeteiligung für die Teilnahme an Regatten erwartet.

Unter regionalen Regatten verstehen wir Regatten der zweiten Wettkampfebene, bei denen Ruderer aus der Altersgruppe der 13-16 Jährigen gemeinsam an den Start gehen können. Dieses sind die Regatten in Oberhausen, Waltrop und Kettwig, der Ruhrsprint und die Herbstregatta in Krefeld. Zudem strebt diese Trainingsgruppe auch wieder eine Teilnahme an den Kanalregatten der Kreisvereine an. Im Rahmen einer gesicherten Betreuung sind auch Teilnahmen an den Regatten in Münster (Junioren B) und Bremen, sowie eine Teilnahme an den internationalen Regatten in Gent möglich.

Alle Ruderer dieser Altersklasse nehmen mit 14 bzw. 15 Jahren an den Sichtungsmaßnahmen des Landesstützpunkts Ruhr-Ost für den Altersbereich U17 im Herbst des jeweiligen Jahres teil. Diese Sichtung beinhaltet einen Ergometertest über 1.500 m, den Start bei der Langstreckenvorbereitung / beim Langstreckentest, sowie einen Krafttest.

Als zentrale Sichtsungsmaßnahme gilt der Athletiktag. Diese Leistungsüberprüfungen tragen dazu bei, die Leistungsfähigkeit der Dorstener Ruderer im Vergleich zu den anderen Ruderern im Nachwuchsbereich des Nordrhein-Westfälischen-Ruderverbands festzustellen.

**Besonders leistungsfähige und leistungswillige Sportler werden im Rahmen zusätzlicher Trainingseinheiten besonders gefördert.**

Sollten einzelne Ruderer oder Mannschaften die Kriterien der Mannschaftsbildung des Landesstützpunkt Ruhr-Ost erfüllen, ermöglicht der Ruderverein Dorsten eine Teilnahme an den Lehrgängen des Stützpunkts. Über Lehrgänge und gemeinsame Trainingslager sollen endlauffähige

Renngemeinschaften in Groß- und Mittelbooten für die Teilnahme an den Deutschen Jugendmeisterschaften gebildet werden.

Das Anfängertraining wird zukünftig ebenfalls strukturierter angegangen. Bisher war ein unentgeltliches Schnuppertraining für Interessierte Kinder- und Jugendliche zu jeder Zeit im Rahmen des Kindertrainings möglich. Diese Anfänger/Interessierten mussten immer in den laufenden Trainingsbetrieb eingebunden und betreut werden. Somit wurde die gezielte Förderung der Kinderabteilung stets beeinflusst und unterbrochen. Statt einer gezielten Ausbildung der Ruderer in Rennbooten musste zur Ausbildung der Anfänger immer wieder auf das Gig Boot zurückgegriffen werden.

Zukünftig wird das Anfängertraining bedarfsorientiert gesteuert. Für 2017 gilt ein genereller Aufnahmestopp, weitestgehend auch zunächst für 2018. Je nach Ausbildungs- und Mitgliederstand der Jugendtrainingsgruppe kann in den Sommerferien 2018 ein Schnupperkurs für Kinder, vorrangig des Jahrgangs 2006 (13 jährige in 2019) angeboten werden. Jüngere oder ältere Jahrgänge können an Schnupperkursen teilnehmen. Da es kein regelmäßiges Anfängertraining gibt und die Trainingsgruppe der Jugendlichen auf das Alter zwischen 13-16 beschränkt ist, werden jüngere Kinder nicht in den Trainingsbetrieb aufgenommen. Ältere Kinder (13+) werden nur nach Bedarf und Eignung in die Trainingsgruppe aufgenommen.

Um die Jugendabteilung nach unten systematisch zu verjüngen, werden in den kommenden Jahren folgende Jahrgänge „gesichtet“:

<b>Jahr</b>	<b>Sichtung Jahrgang</b>	<b>Junioren B</b>	<b>Junioren A</b>	<b>Senioren B</b>
<b>2017</b>	Keine *	2020	2022	2025
<b>2018</b>	2006	2021	2023	2026
<b>2019</b>	2007	2022	2024	2027
<b>2020</b>	2008	2023	2025	2028
...				

\*Kinder des Jahrgangs 2005 sind bereits im Trainingsbetrieb

Bei systematischer und erfolgreicher Umsetzung der o. g. Vorschläge, ist eine nachhaltige Jugendarbeit bei deutlich reduzierterem Aufwand für den Betreuerstab möglich.

Die Schnupperkurse sollten in den Sommerferien, unmittelbar nach dem Ende der Deutschen Jugendmeisterschaften im Juni angeboten werden. Hier stehen dem Verein die meisten Betreuerkapazitäten zur Verfügung. Das Schnuppertraining sollte mehrere Termine beinhalten, bei denen erste Grundlagen im Ruderboot, die Ruderbefehle und Manöver, sowie zum Abschluss eine Fahrt im Skiff, vermittelt und ermöglicht werden sollten.

Eine komplette Implementierung des jüngsten Jahrgangs in den regulären Trainingsbetrieb ist nach den Herbstferien möglich, da der dann älteste Jahrgang nicht mehr am Regeltrainingsbetrieb der Jugendabteilung teilnehmen und in die nächsthöhere Altersklasse aufsteigen wird.

### **Altersklasse U19 / Leistungssport bzw. Allgemeiner Ruderbetrieb**

Bisher stand die Entscheidung für oder gegen den Leistungssport bereits nach dem Durchlaufen der Kinderabteilung an. Die nächstjährigen B-Junioren standen mit 14 Jahren, unabhängig von Perspektive, Leistung, Größe und Potential vor der Entscheidung entweder in das leistungssportlich orientierte Training der Junioren einzusteigen, oder unter ferner Liefen mit weniger Aufwand als Breitensportler zu trainieren. Im Einzelfall war eine breitensportliche Betätigung im Rahmen der Juniorenabteilung auch kein Problem. Sind mehrere Junioren nur zu einem unregelmäßigen Training im Breitensport bereit, fehlen der Juniorenabteilung jedoch die Betreuungskapazitäten.

**Letztendlich zielt der Aufbau unserer Jugendabteilung vorrangig auf die einzelne, individuelle Höchstleistung im Rahmen des Leistungssports ab. Dieser ist satzungsgemäß der Hauptzweck des Vereins. Hierüber definieren sich insbesondere die Jugendabteilung und deren Trainer.**

Zukünftig wird die Entscheidung pro/contra Leistungssport mit spätestens 16 Jahren verlangt. Dabei werden vorrangig die Interessen des Sportlers/der Sportlerin, aber auch die vorherigen Leistungen, die persönliche und charakterliche Eignung, sowie die leistungssportliche Perspektive seitens der Trainer berücksichtigt.

Die Leistungssportler des Rudervereins Dorsten trainieren mit dem Ziel, an nationalen und internationalen Meisterschaften auf der höchsten

Leistungsebene teilzunehmen. Eine Chance auf das Erreichen von Endläufen (A- bzw. B-Finale auf nationalen Meisterschaften) sollte realistisch sein.

Hierzu wird ein regelmäßiges, individuelles Training von 6-7 Trainingseinheiten in der Woche erwartet, wozu sich die Aktiven bei der Jahreshauptversammlung für die jeweilige Rudersaison (März-Oktober) im Rahmen einer Trainingsverpflichtung schriftlich bereit erklären.

Die Trainingsverpflichtung soll den Vereinsmitgliedern gegenüber symbolisieren, dass die Aktiven gewissenhaft mit dem vom Verein gestellten Bootsmaterial und den bereitgestellten finanziellen Mitteln (Meldegelder, Lehrgangskosten, Eigenbeteiligungen an internationalen Wettbewerben, etc.) umgehen und sich mit den Statuten und Werten des Rudervereins Dorsten voll und ganz identifizieren.

Jugendliche, die den geforderten Zeitaufwand nicht einsetzen können oder wollen, werden im Rahmen des Leistungssports nicht betreut und gefördert. Ihnen steht es frei, in den allgemeinen Ruderbetrieb zu wechseln, das regelmäßigen Sport, Gemeinschaft und auch die Teilnahme an Regatten ermöglicht.

**Hier sind unter Berücksichtigung bestimmter Voraussetzungen auch anderweitige Einzelabsprachen möglich.**

**Bei persönlicher und charakterlicher Eignung ist eine Mitarbeit als ehrenamtlicher Jugendbetreuer/Übungsleiter ab einem Alter von 16 Jahren möglich. Dieses wird vom Verein besonders gefördert und unterstützt. Kosten für Lehrgänge des LSB, DRV oder NWRV werden vom Verein übernommen.**

Die Gewinnung jugendlicher Betreuer und Übungsleiter genießt zukünftig hohe Priorität, da langfristig nur so ein nachhaltiger und erfolgreicher Trainingsbetrieb sichergestellt werden kann.

Mögliche Lehrgangsangebote sind:

- Lehrgang für Jungen- und Mädchenbetreuer
- Übungsleiterschein C-A des Deutschen Ruderverbands
- Anhängerführerschein
- Motorbootführerschein
- ...

Üblicherweise wurden engagierte Jugendliche in der Vergangenheit immer wieder mit der Anfängerausbildung betraut. Durch die systematischere Herangehensweise im Jugendbereich bietet sich zukünftig auch jungen Übungsleitern eine durchaus interessante Perspektive. Statt in jedem Jahr die ältesten und besten Ruderer an den Juniorenbereich zu verlieren, verbleiben diese Sportler in deren Trainingsgruppe. Somit hat der verantwortliche Trainer weiterhin Einfluss auf die Entwicklung und das Training seiner Schützlinge. Im Idealfall führt er diese bis an den Leistungsbereich heran und begleitet diese in den ersten beiden Juniorenjahren, im Fall besonders leistungsstarker und leistungswilliger Sportler bis hin zu den Deutschen Jugendmeisterschaften. Bis 2020 ist eine Verjüngung des bisherigen Trainerstabs angedacht, bis hin in den Leistungsbereich. Bis dahin haben junge Übungsleiter die Gelegenheit ein Teil eines eingespielten und erfahrenen Trainerstabs zu werden und in diesem zu wachsen.

### **Fazit**

Mit den beschriebenen Maßnahmen trägt der Ruderverein Dorsten seinen Teil zur Sichtung und Gewinnung leistungsfähiger Nachwuchsruderer im Rahmen der Nachwuchsarbeit des Deutschen Ruderverbands bei. Gut ein Dutzend Dorstener haben in den vergangenen 30 Jahren den Weg in Nationalmannschaften des Deutschen Ruderverbands gefunden und dabei beachtliche Erfolge erzielt.

Der Leistungssport verlangt individuelle Höchstleistung, belohnt den Athleten aber mit Ausdauer, Kraft, Koordinationsfähigkeit und Disziplin. Eigenschaften, die auch in der Ausbildung und im späteren Berufsleben wertgeschätzt werden.

Der Ruderverein Dorsten identifiziert sich zu großen Teilen über seine Erfolge im Leistungssport. Die Vielzahl der vergangenen und aktuellen Erfolge ist im Deutschen Rudersport in vergleichbar großen Vereinen einmalig, insbesondere wenn man bedenkt, dass der Ruderverein Dorsten soeben erst vierzig Jahre alt geworden ist. Nicht nur die derzeit aktiven Leistungssportler, auch ehemalige Aktive, die die Jugendabteilung des Vereins durchlaufen haben, sind stolz auf dieses „Underdog“ Image. Bescheidenheit, Fleiß und das Streben nach individueller Höchstleistung zeichnet unsere Ruderer aus.

Bestandteil einer nachhaltigen Vereinspolitik ist die Bindung jugendlicher Mitglieder, hinein bis in das Erwachsenenalter. Hierzu bietet der Ruderverein den Jugendlichen mit dem Lauftraining und Hallentraining auch ein allgemeines, breitensportliches Angebot.



Im Rahmen dieser Grundkonzeption nehmen Jugendliche, sofern sie den Rudersport nicht als Leistungssport ausüben, ab dem Alter von spätestens 17 Jahren am Allgemeinen Ruderbetrieb teil und werden somit ein Teil der Gemeinschaft in einer familiären Atmosphäre. Hier übt jeder den Rudersport nach seinem eigenem, individuell bemessenem Aufwand aus. Ob Wanderrudern, Regattarudern oder einfach nur zum Spaß – Hier ist jedermann willkommen.

Dorsten im März 2017

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Sebastian Schmelzer', is written on a light blue grid background.

Sebastian Schmelzer

Sportliche Leitung Jugendabteilung