

Zentrale Fortbildung Schulsport

Titel:	Rudertechnik verbessern
Veranstaltungsnummer:	SP19222
Veranstalter:	Schülerruderverband Berlin e. V.
Datum:	Samstag, 10. August 2019
Zeit:	10:00 — 15:00 Uhr
Veranstaltungsort:	Städtisches Bootshaus Mitte Schwarzer Weg 25 13505 Berlin
Thema:	Techniktraining im Schulrudern
Form der Veranstaltung:	Theorie und Praxis
Referent(in):	Johannes Bruger
Teilnehmergebühren:	30,- €
Meldungen per Fax an:	
Meldungen per Email an:	johannes.bruger@srv-berlin.de
Informationen unter:	Anfragen bitte per Email an johannes.bruger@srv-berlin.de
Meldeschluss:	21. Juni 2019

Zielstellung der Fortbildung

Der Lehrgang dient der Auffrischung und Aktualisierung sowohl der Kenntnisse als auch der eigenen Fähigkeiten im Bereich Rudertechnik. Die Teilnehmer*innen verbessern unter Anleitung erfahrener Rudertrainer und mit Hilfe einer Videoanalyse ihre eigenen rudertechnischen Fähigkeiten und erproben verschiedene Technikübungen. Es wird diskutiert, in wieweit diese Verfahren auf den Ruderunterricht zu übertragen bzw. zu modifizieren sind.

Inhalte

- Das aktuelle rudertechnische Leitbild des Deutschen Ruderverbandes
- Rudern mit Videoanalyse
- Typische Fehler und Möglichkeiten der Korrektur
- Erprobung der erarbeiteten Korrekturmaßnahmen

Bemerkungen

Es müssen Vorkenntnisse im Rudern vorhanden sein.