

Trainer-C Lizenzverlängerung 2020

A.1

Samstag	Std	UE	21.11.2020	Vortragender	
09:00 - 09:30	0,5	1	Who is who ?	Volker Müller	BRC
09:30 - 10:30	1,0	1	Rudern für Menschen mit Einschränkungen		
10:30 - 10:45			Pause		
10:45 - 12:15	1,5	2	Entwicklungen im Weltrudersport		
12:15 - 13:00			Mittagessen		
13:00 - 14:30	1,5	2	Was kann alles Wie am Ruderboot eingestellt werden ?		
14:30 - 14:45			Pause		
14:45 - 16:15	1,5	2	Wie wichtig sind die Ruderwettkampfregele (RWR) ?		

6,0 | 8

Sonntag	Std	UE	22.11.2020	Vortragender	
09:00 - 10:30	1,5	2	DRV-Ruderleitbild		
10:30 - 10:45			Pause		
10:45 - 12:15	1,5	2	Einsatz des Ruderergometers im Wintertraining		
12:15 - 13:00			Mittagessen		
13:00 - 14:30	1,5	2	Videoeinsatz im Rudersport		
14:30 - 14:45			Pause		
14:45 - 16:15	1,5	2	Wintertraining auf dem Wasser: gefährlich oder ungefährlich ?		

6,0 | 8

Summe:	12,0	Unterrichtsstunden
Summe:	16	Unterrichtseinheiten