RUDERCLUB BADEN

Brevet A, B & C: Aus- und Weiterbildung

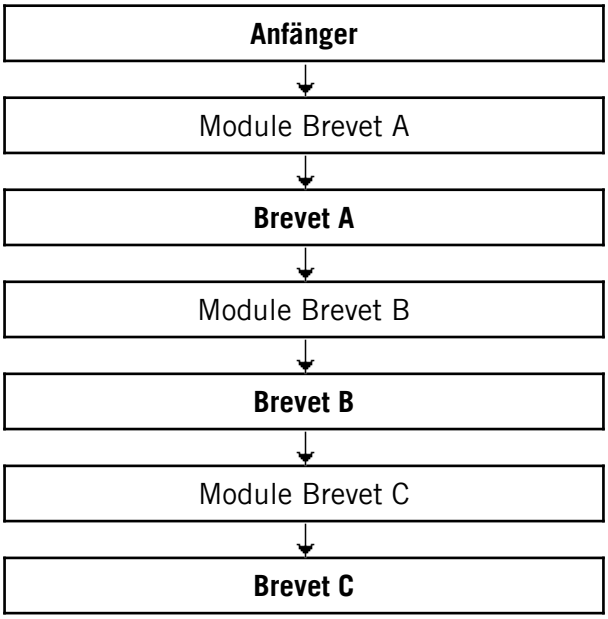
1. Einleitung

Die Aus- und Weiterbildung erfolgt in Modulen. In jedem Modul sind bestimmte (Lern-)Ziele definiert. Für die Erlangung eines Brevet A, B oder C müssen diese Module absolviert und/oder die entsprechenden Kenntnisse bzw. Fähigkeiten nachgewiesen sowie eine bestimmte Anzahl Ruderkilometer absolviert werden.

Bei Neumitgliedern, die bereits rudern können, erfolgt eine Zuordnung durch die KRS.

Die Module werden von durch die KRS anerkannten Instruktoren durchgeführt. Die Instruktoren überprüfen, ob die im Modul definierten Lernziele erreicht wurde.

Für die Aus- und Weiterbildung werden vom RC Baden Kurse angeboten. Eine individuelle Aus- und Weiterbildung durch von der KRS anerkannte interne oder externe Betreuer ist möglich.



RUDERCLUB BADEN

2. Brevet A

2.1. Voraussetzungen für Erhalt eines Brevet A

- Modul Rudertechnik I: Rudertechnik grundlegend beherrschen.
- Modul Bootskunde und -handhabung: Grundkenntnisse der Boote und deren Handhabung,
- Modul Ruderkommandos: Ruderkommandos verstehen und umsetzen.
- Modul Sicherheit und Vorschriften: Kennt die allgemeinen Sicherheitsregeln und grundlegende Vorschriften.
- In einer C-Gig 4x+, 4+ oder 5x 15km rudern können.

2.2. Module

Modul Rudertechnik I

Ziel:

- Bewegungsablauf verstehen und umsetzen.
- Beherrschen der Rudertechnik.

Inhalt:

- Bewegungsablauf auf Ergometer, Skull- und Riemenboot
- Ausfahrten mit Begleitung durch Instruktor (im Boot selber oder Motorboot).

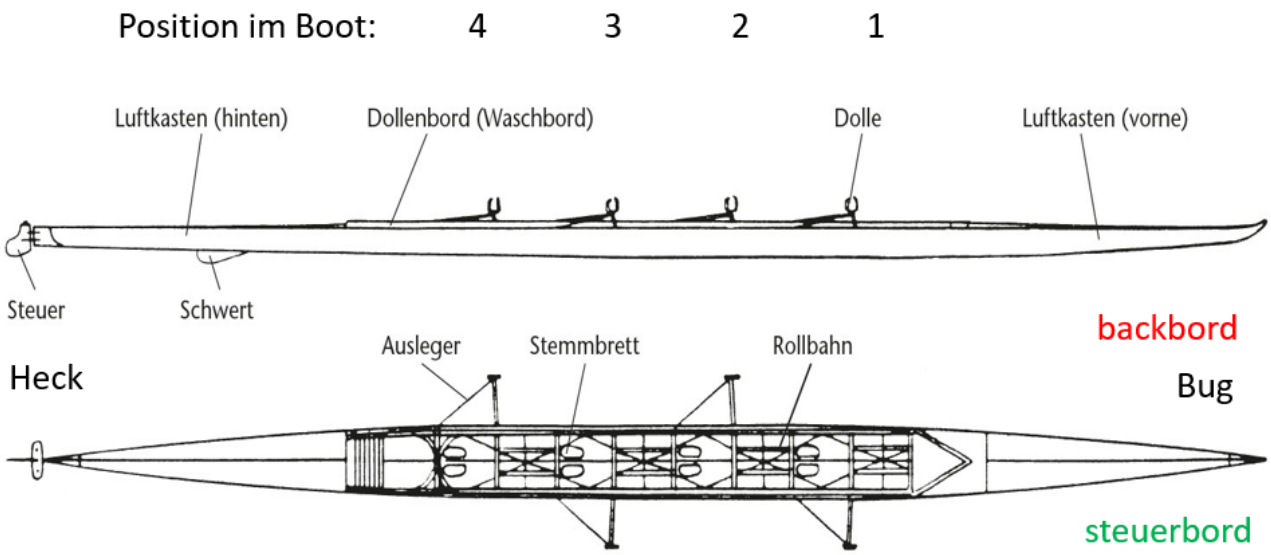
Modul Bootskunde

Ziele:

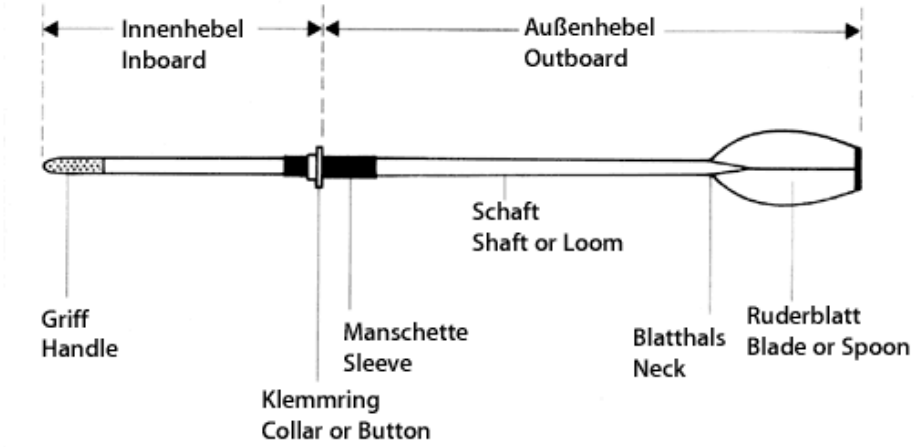
- Kenntnis der Bootstypen und Kategorien.
- Kenntnis der wesentlichen Bootsteile sowie Skulls und Riemen.

Inhalt:

- Unterschied Skull und Riemenboote.
- Bootstypen C-Gig / Rennboote.
- Bootskategorien 1x / 2x, 2- / 3x / 4x, 4x+, 4-, 4+ / 5x / 8+, 8x+.
- Benennung der Bootsteile.



- Bezeichnung der Ruder von Skull und Riemen, Ruderblätter Mâcon / Big Blade und folgenden Begriffen:



Modul Bootshandhabung I

Ziele:
- Kenntnis wie das Boot auf dem Land und am Steg zu handhaben ist.
- Ein- und Aussteigen

Inhalte:
- Wo anfassen.
- Einstellen des Stemmbrettes und Rollschiene.
- Aufrüsten der Boote (Montage Ausleger, Steuer etc)
- Im Team über Rolle einwassern.
- Kennt Position im Boot, wo die Füsse abgestellt werden dürfen.

Modul Kommandos

Ziel:
- Kenntnis der wichtigsten Ruderkommandos wie in der Ruderordnung definiert.

Inhalt:
- Boot anheben und absetzen.
- Ablegen vom Steg.
- Losrudern.
- Anhalten und Stoppen.
- Lange und kurze Wende über Back- und Steuerbord.

Modul Sicherheit und Vorschriften

Ziele:
- Kenntnis grundlegender Regeln und Vorschriften.

Inhalt:
- Logbuch Eintrag vor der Ausfahrt.
- Relevante Sicherheitsvorschriften aus der Binnenschifffahrtsverordnung kennen, Schwimmhilfe mitführen.
- Ortsgebundene Regeln des Rudergewässers kennen - Fahrordnung.
- Rücksichtnahme auf alle Limmat-Benützer.

3. Brevet B

3.1. Voraussetzungen für den Erhalt eines Brevet B

- Brevet A, Module für Brevet B absolviert und anerkannt oder vergleichbare Kenntnisse.
- Sicheres Rudern in Rennbooten Skull und Riemen.
- Prüfungsfahrt im Rennboot (mindestens 4er) bestanden.
- 500km im Rennboot (lt. efa).

3.2. Module für Brevet B

Modul Bootshandhabung II (Rennboote)

Ziele:

- Handhabung und Einstellung von Rennbooten erlernen.

Inhalt:

- Handling von Rennbooten
- individuelle Einstellung von Stemmbrett, Dollenhöhe, Rollschiene
- Schadensmeldungen
- Bootsverlad auf Anhänger.

Modul Rudertechnik II

Ziele:

- Verbesserung der Rudertechnik und Vermittlung einer einheitlichen Rudertechnik im RC Baden

Voraussetzung:

- Modul Bootshandhabung II

Inhalt:

- Bewegungsablauf beim Skullen und Riemenrudern.
- Ausfahrten im 4- und 4x (Rennboot)

3.3. Prüfung:

- Führen eines Vierers/Fünfers vom Bug für ein komplettes Training. Dieses beinhaltet:
    - Beherrschen der Ruderkommandos.
    - Sicherstellen des Fahrwassers.
    - Anweisungen an den Steuermann (Fusssteuer auf Schlag).
    - Beherrschen der Manöver im Mannschaftsboot.

4. Brevet C

4.1. Voraussetzungen für den Erhalt eines Brevet C

- Brevet B, Module für Brevet C absolviert und anerkannt oder vergleichbare Kenntnisse.
- 2000km im Rennboot, davon 100km im Riemenboot (lt. efa)
- Rudern im Skiff (zum 10er und zurück)
- Prüfungsfahrt im Skiff bestanden.

4.2. Module für Brevet C

Modul Skiff-Kurs

Ziele:
- Umgang mit Skiff an Land erlernen.
- Sicherheit im Skiff erlangen.
- Verbesserung der Rudertechnik

Voraussetzungen:
- Modul Bootshandhabung II

Inhalt:
- Manöver im Skiff
- Trainingsausfahrten davon mindestens eine bis zum 10er und zurück

Anmerkung
- Der Kurs besteht aus mindestens zwei Einheiten

Modul Riemenrudern

Ziele:
- Verbesserung der Technik im Riemenrudern

Voraussetzungen:
- Modul Bootshandhabung II

Inhalt:
- Technik
- Trainingsausfahrt

Modul Bootskunde/Trimmung II

Ziele:
- Erkennen, wenn ein Boot »vertrimmt« ist.

Voraussetzungen:
- Modul Bootshandhabung II

Inhalt:
- Trimmen (alles was am Boot eingestellt werden kann und muss, inklusive Praxis)
- Einstellen Skulls, Riemen

Anmerkung:
- Es ist **nicht** Ziel des Moduls, dass die Teilnehmer anschliessend selber Boote trimmen!

4.3. Prüfung:

- Manöver im Skiff vorführen.
    - kurze und lange Wende Back-/Steuerbord
    - Rückwärts rudern
    - Stoppen beidseitig und einseitig
    - Anlegen

RUDERCLUB BADEN

5. Übersicht über die einzelnen Module und Voraussetzungen

Brevet A	Bootskunde	
	Bootshandhabung I (Gigs)	
	Rudertechnik I	
	Kommandos	
	Sicherheit und Vorschriften	
Brevet B	Bootshandhabung II (Rennboote)	
	Rudertechnik II	
	Prüfungsfahrt im Rennboot (4er oder 5er)	
	500 km im Rennboot	
Brevet C	Skiff-Kurs	
	Riemenrudern	
	Trimmen	
	Prüfungsfahrt im Skiff	
	2000km im Rennboot, davon 100km im Riemenboot	

6. Organisation

6.1. Kurse

- Skiff-/Rennboot-Kurs im Frühjahr
  - 2 x (?) Abends an Werktagen
- Skiff-/Rennboot-Kurs im Herbst
  - 2 x (?) Samstag Vormittag
- Kurs Bootskunde/Trimmung im Sommer (vor den Schulferien)
  - 1 x Samstag Vormittag
- Individuelle Kurse von internen oder externen Betreuern

6.2. Abnahme/Anerkennung von Modulen

- KRS Mitglieder, Kursleiter und von der KRS beauftragte Personen.

6.3. Zertifikate/"Ruderausweis"

- Erfolgreich abgeschlossene Module und erfüllte Voraussetzungen werden in einem Ruderausweis vermerkt.
- Sind alle Voraussetzungen erfüllt, wird das entsprechende Brevet durch die KRS zugeordnet.

Anhang

Bootsführer

Ein Brevet „Bootsführer“ wird eventuell zu einem später Zeitpunkt eingeführt und wird hier nur der Vollständigkeit halber erwähnt. Mögliche Inhalte:

- Schifffahrtsordnung
- ...

Wichtig sind die Kompetenzen eines Bootsführers vor allem auf Wanderfahrten auf Gewässern mit Berufsschifffahrt wie Rhein, Main, Mosel, Saar, Neckar, Elbe, ...