



## Ausschreibung für die Ausbildung zum Instruktor Rudern

Die row&row-Ruderschule bietet in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Ruderverband SRV eine Ausbildung für interessierte Personen an, welche in den Vereinen die Einsteigerausbildung leiten sowie als Fitnesstrainer im Erwachsenenrudern tätig sind.

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                 |           |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------|
| Termine 2018            | Kurs 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kursbeginn: Sonntag, 13.05.2018 | 18.30 Uhr |
|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kursende: Mittwoch, 16.05.2018  | 14.00 Uhr |
|                         | Kurs 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kursbeginn: Sonntag, 02.12.2018 | 18.30 Uhr |
|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kursende: Mittwoch, 05.12.2018  | 14.00 Uhr |
| Kursort:                | Zentrum des Schweizerischen Rudersportes in Sarnen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                 |           |
| Kurssprache:            | Deutsch                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                 |           |
| Anmeldefrist:           | 13.04.2018 (Kurs 1)      02.11.2018 (Kurs 2)<br><b>Hinweis:</b><br>Anmeldungen werden nach deren Eingang berücksichtigt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                 |           |
| Voraussetzung:          | Mehrjährige Mitgliedschaft in einem Ruderverein<br>Einsatz in einem Vereins-Einsteigerkurs im 2018/19<br>Rudern in einem Schulungseiner<br>Bestätigung des Vereins                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                 |           |
| Ausbildungsinhalte:     | <b>Praxis</b><br>Verbesserung der persönlichen Rudertechnik im Boot und auf dem Ruderergometer / Bootshandling und Grundmanöver im Boot beherrschen / Vermitteln der Grundlagen bei Einsteigern<br><b>Theorie</b><br>Verständnis der Rudertechnik entwickeln. / Vorbereitung und Durchführung eines strukturierten Einsteigerkurses kennen lernen. / Profil, Aufgaben und Verantwortungsbereich des Instruktor Rudern / Ruderunterricht mit Erwachsenen / Sicherheit |                                 |           |
| Leitung:                | Sarah Zurbrügg-Greenaway / Ueli Bodenmann                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                 |           |
| Bestätigung:            | Am Ende des Kurses erhält jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer eine Kursbestätigung „Bestätigung – Instruktor Rudern“                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                 |           |
| Kurskosten:             | SRV Mitglieder                      Fr. 420.-<br>Nicht SRV Mitglieder              Fr. 720.-<br>Die Kurskosten sind vor Kursbeginn zu bezahlen und beinhalten die Kursbestätigung sowie die Kursunterlagen in elektronischer Form.<br>Der SRV, Ressort Breitensport, unterstützt diese Ausbildung mit Fr. 300.- pro Teilnehmer.                                                                                                                                      |                                 |           |
| Verpflegung/Unterkunft: | Die Mittagessen und Übernachtungen im Mehrbettzimmer mit Frühstück (ab Sonntagabend) sind in den Kurskosten inbegriffen.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                 |           |

## Anmeldung für die Ausbildung zum Instruktor Rudern:

Bitte den Anmeldezettel ausdrucken, ausfüllen, unterschreiben und per Post oder per Email bis spätestens 13.04.2018 (Kurs 1) oder 02.11.2018 (Kurs 2) an folgende Adresse senden:

row&row - Ruderschule GmbH  
Klusstr. 9  
9000 St. Gallen

Email: [info@rowandrow.ch](mailto:info@rowandrow.ch)

|                 |                                                                                                                                                                            |                                                         |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Kurs:           | Kurs 1 <input type="checkbox"/> 13. – 16. Mai 2018                                                                                                                         | Kurs 2 <input type="checkbox"/> 02. – 05. Dezember 2018 |
| Name:           |                                                                                                                                                                            | Vorname:                                                |
| Geb.Datum:      |                                                                                                                                                                            | Adresse:                                                |
| PLZ/Ort:        |                                                                                                                                                                            | SRV Nr.                                                 |
| Tel./Handy:     |                                                                                                                                                                            | Email:                                                  |
| Unterkunft:     | <input type="checkbox"/> Ich übernachte im Ruderzentrum (Mehrbettzimmer).<br><input type="checkbox"/> Ich organisiere die Übernachtung selber (ohne Kostenrückerstattung). |                                                         |
| Verpflegung:    | <input type="checkbox"/> Ich ernähre mich vegetarisch.                                                                                                                     |                                                         |
| Kursunterlagen: | <input type="checkbox"/> Ich möchte die schriftlichen Unterlagen zusätzlich zu den elektronischen (PDF- und Videodateien) in Papierform erhalten (Fr. 20.-)                |                                                         |
| Datum:          |                                                                                                                                                                            | Unterschrift:                                           |

Bitte beachten Sie, dass die Kostenbeteiligung des SRV nur bei SRV-Mitgliedern mit SRV-Nr. zur Anwendung kommt.

Für Kursteilnehmer ohne SRV-Nr. werden die vollen Kurskosten berechnet.

Bestätigung des Vereins, dass ich Mitglied im Schweizerischen Ruderverband bin und im 2018/19 in Einsteigerkursen mitwirken werde:

|                                                                |  |
|----------------------------------------------------------------|--|
| Verein:                                                        |  |
| Datum:                                                         |  |
| Unterschrift des Präsidenten<br>oder eines Vorstandsmitglieds: |  |