



Landeskader-Kriterien des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt e.V.

1. Vorbemerkungen

Der Deutsche Ruderverband hat im Januar 2023 bundeseinheitliche Landeskader-Kriterien beschlossen, die durch Kriterien des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt ergänzt werden.

Der Landeskader (LK) bildet, gemäß der Kaderdefinition des DOSB die erste offizielle Stufe im deutschen Kadersystem. Sie werden vom jeweiligen Landesruderverband benannt. Maßgeblich ist die Zugehörigkeit des Vereins der Sportler/-innen zum entsprechenden Landesverband.

Den Landeskader in der Sportart Rudern sind Sportlerinnen und Sportler, die ein leistungssportlich orientiertes und gemäß der jeweils gültigen trainingsmethodischen Grundkonzeption des DRV (TMGK) gesteuertes Training absolvieren. Grundsätzlich setzt die Aufnahme in den Landeskader ein mehrjähriges Grundlagentraining (Trainingsetappen GLT, ABT, AST) voraus. Darüber hinaus stellen die nachfolgend dargelegten bundeseinheitlichen Kriterien die grundlegende Bedingung für eine Aufnahme in den Landeskader in den unterschiedlichen Altersbereichen dar.

2. Beschreibung eines Landesleistungskaders in der Sportart Rudern

Mit der Aufnahme in den Landeskader sollen junge perspektivreiche Sportler/innen bestmöglich nach den regionalen Möglichkeiten gefördert werden.

Ziel ist es, in einem Zeitraum von drei Jahren nach Aufnahme in den Landeskader einen Bundeskaderstatus (siehe Kaderrichtlinien des DRV in jeweils gültiger Fassung) zu erhalten.

Der Altersbereich des Landeskaders ist auf den Bereich 14 bis 20 Jahre definiert. Maßgeblich hierfür ist das Jahr, in dem das entsprechende Lebensjahr vollendet wird.

3. Mindestanforderungen

Physische Belastbarkeit und sportliche Grundfähigkeiten

Es können nur Sportler/innen in den Landeskader aufgenommen werden, die in der Lage sind, die Trainingsumfänge und -inhalte der jeweiligen altersspezifischen Trainingsetappe (siehe TMGK des DRV in der jeweils gültigen Fassung) vollumfänglich umzusetzen.

Es sollte zusätzlich immer der Maßstab gelten, Bezug auf die individuellen Merkmale zu nehmen. Die finale Körperhöhe (Mirwald-Methode) von männlich mindestens 190cm und weiblich mindestens 180cm hat sich in der Zeit des Ruderverbandes Sachsen-Anhalts bewährt und etabliert.

Zudem sind folgende Sport-Basis-Fähigkeiten zu beherrschen:

- Laufen
 - Ausdauerlauf (45-90min)
 - Beherrschung des Lauf-ABC
- Schwimmen (in Besitz eines Schwimmabzeichens)

- Basisübung Krafttraining
 - Liegend Anreißen
 - Reißkniebeuge (ohne Zusatzlast)
 - Stabilisationsübungen mit eigenem Körpergewicht
 - Ab 15 Jahre zusätzlich
 - Bankdrücken
 - Tiefkniebeuge
 - Mindestzeiten über 2000m auf dem Ruderergometer (C2 ab Modell 3)
- Unabhängig der Erfüllung der nachfolgenden altersspezifischen Kriterien, sind für die Aufnahme in den Landeskader folgende Mindestzeiten (ab 15 Jahre) auf dem Ruderergometer auf 2000m zu erfüllen.

Alter*	Mindestzeiten – männlich	Mindestzeiten – weiblich
	2000 Meter	2000 Meter
15 Jahre	7:20,0	8:20,0
16 Jahre	7:08,0	8:08,0
17 Jahre	6:55,0	7:55,0
18 Jahre	6:42,0	7:42,0
19 Jahre	6:30,0	7:30,0
20 Jahre	6:20,0	7:20,0

- Erfüllung der rudertechnischen Mindestanforderungen (Technikstufe 2)
- Regelmäßige Teilnahme am geplanten Training und an den geplanten Wettkämpfen
- Einreichung des DRV-Athletiktests im November/Dezember des laufenden Jahres (U15 & U17)

4. Voraussetzungen für die Aufnahme in den Landeskader des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt

- Teilnahme an der Landeskaderregatta (im September/Okttober des laufenden Kalenderjahres für das Folgejahr)
- Teilnahme an der Messung Finale Körperhöhe für die AK 14
- Teilnahme an den Trainingslehrgängen der Ruderjugend Sachsen-Anhalt (U 15)
- Teilnahme an den Trainingslehrgängen des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt (U 17)
- Bereitschaft für eine leistungssportliche Entwicklung im Ruderverband Sachsen-Anhalt
- Aktuelles Zertifikat NADA „Gemeinsam gegen Doping“ (Gültigkeit 2 Jahre, e-Learning)
- Teilnahme an der Zentralen Athletiküberprüfung U15 und U17 des RuSA und der RuJu
- U19 einreichen der Testbatterie des DRV, sowie der 5000m und 2000m Wettkampftest auf dem C2

5. Nominierungsweg des Landeskaders

- Berufungskriterien (14 Jahre)
 - Ruderspezifische Leistung:
 - 1.-3. Platz im 1.Finale zur Bundesregatta beim Bundeswettbewerb U15 (alle Bootsklassen)
 - Resultat im Einer (1x) bei der Landeskaderregatta (Prozentual über dem Mittelwert)
 - Medaillenleistung zu einer Herbstlangstrecke (mind. 3000m) im Einer (1x)
 - Allgemein-athletische Grundlagen:
 - Athletiktest DRV U17 - Mindestpunkte 30 Pkt. (Bewertungsmaske U15)

- Berufungskriterien (15 & 16 Jahre)

- Ruderspezifische Leistung

Für Sportler/-innen, die im Jahr der Kaderzugehörigkeit das 15. Lebensjahr vollenden

- 1.-3. Platz im 1.Finale zur Bundesregatta beim Bundeswettbewerb U15 (alle Bootsklassen)
 - Resultat im Einer (1x) bei der Landeskaderregatta (Prozentual über dem Mittelwert)

Für Sportler/-innen, die im Jahr der Kaderzugehörigkeit das 16. Lebensjahr vollenden

- Die Medaillenleistung bei der Deutschen Jahrgangsmeisterschaft U17 (Lgw. Bootsklassen ausgenommen)
 - Resultat im Kleinboot bei der Landeskaderregatta (Prozentual über dem Mittelwert)

- Leistung auf dem Ruderergometer

Alter*	männlich	weiblich
	2000 Meter	2000 Meter
15 Jahre	<6:50,0	<7:50,0
16 Jahre	<6:35,0	<7:35,0

- Allgemein-athletische Grundlagen:
 - DRV-Athletiktest U17 - Mindestens 30 Punkte

- Berufungskriterien (17 & 18 Jahren)

- Ruderspezifische Leistung

Für Sportler/-innen, die im Jahr der Kaderzugehörigkeit das 17. Lebensjahr vollenden:

- Die Medaillenleistung bei der Deutschen Jahrgangsmeisterschaft U17 (Lgw. Bootsklassen ausgenommen)
 - Resultat im Kleinboot bei der Landeskaderregatta (Prozentual über dem Mittelwert)

Für Sportler/-innen, die im Jahr der Kaderzugehörigkeit das 18. Lebensjahr vollenden:

- Die Medaillenleistung bei der Deutschen Jahrgangsmeisterschaft U19 (Lgw. Bootsklassen ausgenommen)
 - Resultat im Kleinboot bei der Landeskaderregatta (Prozentual über dem Mittelwert)

- Leistung auf dem Ruderergometer

Alter*	männlich	weiblich
	2000 Meter	2000 Meter
17 Jahre	<6:30,0	<7:30,0
18 Jahre	<6:25,0	<7:25,0

- Berufungskriterien (19 & 20 Jahren)

Hinweis: Für den Altersbereich 19- & 20-jährige Sportler/-innen ist die Berufung in den Landeskader, als Bestandteil des langfristigen Leistungsaufbaus, nicht zwingend erforderlich.

- Ruderspezifische Leistung

Für Sportler/-innen, die im Jahr der Kaderzugehörigkeit das 19. Lebensjahr vollenden

- Die Medaillenleistung bei der Deutschen Jahrgangsmeisterschaft U19 (Lgw. Bootsklassen ausgenommen)
- Resultat im Kleinboot bei der Landeskaderregatta (Prozentual über dem Mittelwert)

Für Sportler/-innen, die im Jahr der Kaderzugehörigkeit das 20. Lebensjahr vollenden

- Medaillenleistung bei der Deutschen Jahrgangsmeisterschaft U23 (Lgw. Bootsklassen ausgenommen)

- Leistung Ruderegometer

Alter*	männlich	weiblich
	2000 Meter	2000 Meter
19 Jahre	<6:15,0	<7:15,0
20 Jahre	<6:10,0	<7:10,0

- Begründete Einschätzung/Befürwortung des zuständigen Bundesstützpunktleiters (alternativ Leitender Landestrainer) in Absprache mit dem Bundestrainer U23.

6. Fördermaßnahmen des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt

- Bezuschussung der Landesleistungszentren und Landesleistungsstützpunkte entsprechend des Vorstandsbeschlusses vom 17.09.2019 (LLZ: 1.000,00 € p.a. und LLSTP: 1.000,00 € p.a)
- Bezuschussung von Trainingslehrgängen und Wettkämpfen für Mannschaften der Landesauswahl nach Haushaltslage des RuSA auf der Basis der jährlichen Pauschalförderung
- Bezuschussung von Maßnahmen zur materiellen Sicherung des Trainingsprozesses nach Haushaltslage des RuSA auf der Basis der jährlichen Pauschalförderung

7. Maßnahmen zur Benennung der Landesleistungskader des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt

- Nominierungswettkampf des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt im September/Okttober des lfd. Jahres im Kleinboot
Verantwortlich: Landestrainer/ Bundestützpunktleiter
- Erarbeitung der Landeskaderliste des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt
Verantwortlich: Landestrainer/ Bundestützpunktleiter
- Übergabe der Landeskaderliste an die Verantwortungsträger des Nachwuchsleistungssports (LSB Sachsen-Anhalt, OSP Sachsen-Anhalt, Ruderverband Sachsen-Anhalt und DRV-BT U19)
Verantwortlich: Landestrainer/ Bundestützpunktleiter

- Information und Übergabe der Landeskaderliste an die beteiligten Landesleistungszentren, Landesleistungsstützpunkte und Vereine
Verantwortlich: Landestrainer/ Bundestützpunktleiter

8. Wettkämpfe mit Teilnahmeverpflichtung für Landeskader

- Nominierungswettkampf im Kleinboot
- Langstreckenregatta im Frühjahr (Leipzig o.ä.)
- Frühjahrsregatta in Zschornowitz und/ oder Bernburg
- Landesmeisterschaft des Ruderverbandes Sachsen-Anhalt
- Bundeswettbewerb der Jungen und Mädchen (U 15)
- Deutsche Jahrgangsmeisterschaft (U 17)
- Deutsche Jahrgangsmeisterschaft (U19)

Magdeburg, den

Steffen Planer
Präsident

Bernd Stumpe
Stützpunktleiter

Paul Heinrich
Landestrainer