

## Stufentest III des Bayerischen Ruderverbandes 2017

- Lehrgangsleitung:** BRV Landestrainerin Anne Bergerhoff
- Lehrgangsteam** Andreas Fischbach, Simon Bar, NN
- Betreuer:** Jede (r) Sportler/in, der/die am Test teilnimmt, wird vom Heimtrainer sowohl vor als auch nach dem Stufentest betreut.
- Ziel:** Für die Sportler/innen: Leistungsüberprüfung des Trainingsstandes sowie die Kontrolle zur Weiterführung des Trainings. Sicherung der optimalen Trainingssteuerung für die Saisonvorbereitung 2017.  
Für die Trainer/innen: Diagnostische Analysemöglichkeit für eine optimale und individuelle Trainingsplanung/Steuerung der zu betreuenden Athleten/innen. Die Ergebnisse dienen für saisonvorbereitende Trainingsempfehlungen und eine direkte Auswertung mit dem /den Sportler/n.  
Gegenseitiger Austausch der Ergebnisse und Diskussion der Auswertungen.  
Beratung und Austausch zur Mannschaftsbildung 2017
- Lehrgangsumfang:** Stufentest III . Sonstige Maßnahmen nach Wetter und in Rücksprache mit den Heimtrainern.
- Teilnehmer:** Athleten, die am **Stufentest I/II** teilgenommen haben (siehe Einladungsliste)
- Ort:** LZM München Oberschleißheim
- Beginn:** Samstag, den 04.03.2017, ab 8:00 Uhr  
Sportler des Faschingslehrganges sind bereits vor Ort, bei Neuanreise je nach Stufentestzeit auch späterer Beginn möglich (Abstimmung mit Landestrainerin)
- Ende:** Samstag, den 04.03.2017 ca. 18:00 Uhr
- Meldeschluss bis:** Freitag, den 03.02.2017
- Meldeadresse:** Bayerischen Ruderverband  
Anne Bergerhoff  
Tel. +49 1522 2797246  
E-Mail: landestrainer@ruderverband.de
- Meldeinhalte** Die BRV Anmeldeiste ist vollständig auszufüllen u.a. Name, Adresse, Geburtsdatum, E-Mail, Verein, Kaderkategorie A/B/C an.  
Die Datenschutz-und Aufsichtspflichterklärungen sind mit dem Meldeschluss - falls bisher noch nicht abgegeben - elektronisch zu übermitteln.  
Die Originaldokumente mit Unterschrift sind der Lehrgangsleitung zu übergeben. Eine Teilnahme ohne die vorweg genannten Erklärungen ist nicht möglich.
- Kriterien** Die Teilnehmerzahl ist auf **34 Teilnehmer begrenzt**.  
Die Auswahl der Teilnehmer erfolgte auf Basis der Teilnahme am Stufentest I/II und kann auf Einladung der Landestrainerin - durch Nachweis der Vorleistungen der Sportler/innen- erweitert werden.

- Bestätigung** Eine Bestätigung über die Teilnahme am Stufentest erfolgt bis spätestens Freitag, den 10. Februar 2017. Die Information erfolgt an die bei der Meldung angegebenen Mail-Adresse.
- Kosten** Die Lehrgangskosten für Übernachtung und Vollverpflegung, sowie Testdurchführung im LZM betragen je nach Kaderzugehörigkeit und Person:
- Bundeskader A/B, C,CJ,DC 13,00€ pro Tag
  - Landeskader in Förderstufe A 13,00€ pro Tag
  - Landeskader in Förderstufe B 20,00€ pro Tag
  - Landeskader in Förderstufe C 27,00€ pro Tag
  - Landeskader in Förderstufe D 34,00€ pro Tag
  - Nicht Kader 42,00€ pro Tag
- Für „Heimschläfer“ entsprechend der eingenommenen Mahlzeiten, jedoch maximal 65% der Eigenbeteiligung.  
Sportler die keine Übernachtungen oder Mahlzeiten in Anspruch nehmen wird ein Kostenbeitrag von € 5,00 pro Tag erhoben.  
Die Kosten für die Laktatmessung belaufen sich auf 20,32 € für die Nichtkaderruderer. Für Kaderruderer werden diese Kosten vom BRV, bzw. OSP übernommen.  
Bei verspäteter Meldung nach Meldeschluss erfolgt ein Aufschlag von € 5,00 pro Tag, Sportler und Trainer.  
Die Vereine erhalten nach Abschluss des Lehrgangs eine Rechnung in der die Leistungen der Teilnehmer aufgelistet sind.
- Haftung** Der BRV ist über den Bayerischen Landessportverband versichert. Der Versicherungsschutz erstreckt sich auf die Mitarbeiter/innen des BRV und die Mitglieder der Bayerischen Rudervereine. Es besteht kein Haftpflichtversicherungsschutz für Personenschäden, die sich die Teilnehmer wechselseitig zufügen
- Hinweis**  
**Testdurchführung** BRV: für den Leistungstest werden die Concept II Ergometer sowie für die Laktatmessung und Auswertung die notwendigen Materialien/Geräte vom BRV bereitgestellt.  
Sportler/innen: entsprechende Sportbekleidung sowie Pulsgurt und Pulsuhr sind mitzubringen
- Rückfragen** Anne Bergerhoff Tel.  
+49 1522 2797246  
E-Mail: landestrainer@ruderverband.de