

# DLRG LV Westfalen

## Die Arbeit des Landestrainerteams 2018



## Leistungskader im LV Westfalen

Seit 2013 bilden die LV Nordrhein und Westfalen einen gemeinsamen Landeskader.

Das ist Voraussetzung für die finanzielle Förderung durch den LSB.

Der LSB fördert Nachwuchssportler im Jugendalter bis 18 Jahre.

- mit 30 kostenfreien Sportgesundheitsuntersuchungen (SGU)
- Finanzielle Förderung für Trainingsmaßnahmen, Trainingsgeräte, Sichtungungen und Wettkampfteilnahmen

Die Liste für Landeskader wird stets Ende jeden Jahres erneuert – aufgrund der Leistungen im zu Ende gehenden Jahr. Dafür gibt es Kaderkriterien.

## Kaderkriterien im LV NR + Westfalen

Voraussetzung für die Zugehörigkeit zum Landes- und Perspektivkader:

1. Startberechtigung 2019 für eine DLRG-Ortsgruppe in Nordrhein oder Westfalen
2. Pünktliche Kader-Anmeldung
3. Erfüllung der sportlichen Kriterien:

Zusätzliche Voraussetzung für die Zugehörigkeit zum Landeskader:

- Wahrnehmung einer sportmedizinischen Gesundheitsuntersuchung bis 30.06.2019

→ Zur Jahresmitte werden die Voraussetzungen überprüft und die Kaderliste angepasst.

## Kaderkriterien im LV NR + Westfalen

### Pool

- Landesmeisterschaften Pool: Platz 1-3 in der Mehrkampfwertung in jeder Altersklasse

oder

- Nationale Mehrkampfwertung bei Wettkämpfen:

Jahrgang	bis 2006	2005	2004	2003	2002	2001
w	2350	2400	2500	2500	2700	-
m	2300	2400	2500	2400	2550	-

oder

Mind. zwei Normzeiten bei Wettkämpfen (bis einschließlich Jahrgang 2001)

Disziplinen	200m Hindernis	100m Lifesaver	100m Kombi	200m Super-lifesaver	50m Retten	100m Retten mit Flossen
w	02:31,33	01:11,41	01:26,98	02:56,92	00:41,35	01:02,64
m	02:20,77	01:02,63	01:14,54	02:37,90	00:35,72	00:56,10

Anerkannte Wettkämpfe: Bezirksmeisterschaften, Landesmeisterschaften, Deutsche Meisterschaften, DCP, JRP, DP  
Sichtungs- und Qualifikations-Wettkämpfe der Landes- und Bundesebene  
Internat. Meisterschaften (z. B. JEM, WM)  
Salzpokal, Orange-Cup, MISP, Ruhr-Cup  
weitere nach Absprache mit dem Landestrainerteam

## Kaderkriterien im LV NR + Westfalen

### Ocean

Sportler der Jahrgänge 2006 bis 2001:

- DLRG-Cup:  
Platz 1-20 im Mehrkampf oder mind. zwei Finalteilnahmen in den Einzeldisziplinen  
oder
- DLRG-Trophy: Platz 1-20, Gesamtwertung der Trophy-Serie in einer Einzeldisziplin  
oder
- Teilnahme am Junioren-Rettungspokal (JRP)  
oder
- LifeSaving-Cup/YoungStar-Cup oder AlbersSeeCup:  
mind. zwei Podestplatzierung (Platz 1-3) in den Einzelstrecken  
oder
- Landesmeisterschaften Freiwasser:  
mind. 50 Punkte in der Mehrkampfwertung in jeder Altersklasse

Darüber hinaus haben die Landestrainer die Möglichkeit, weitere Sportler aufgrund anderer, vergleichbar guter Leistungen zu nominieren.

[www.dlrg.de](http://www.dlrg.de)

**DLRG**

Rettungssport im LV Westfalen

5

## Leistungskader im LV Westfalen

weiblich

männlich

AK 12

Jahrgänge 2007 und jünger

Johanna Bodenburg	2008	Erkelenz	Julius Bodenburg	2009	Erkelenz
			Devin Hunt	2007	Haltern
			Helge Twelmeyer	2007	Harsewinkel

AK 13/14

Jahrgänge 2005 + 2006

Jette Berenbrinker	2005	Verl	Jonas Bodenburg	2005	Erkelenz
Gerta Bücken	2005	Alpen	Thilo Brockmeyer	2006	Harsewinkel
Elanie Burdich	2005	Erkelenz	Julian Gebbe	2005	Bad Wünnenberg
Johanna Hensen	2005	Hochneukirch	Till Ole Goth	2006	Herzebrock-Clarholz
Mariella Keusen	2006	Schwerte	Matthias Griep	2005	Frechen
Hannah Maicher	2006	Beckum-Lippetal	Maurice Noel Heister	2006	Aldenhoven
Lina Quack	2006	Hochneukirch	Ron Mattick	2005	Hochneukirch
Lina Peetz	2006	Schwerte	Lasse Plegge	2006	Alpen
Mara Treder	2006	Haltern	Nicolas Pritz	2006	Hürth
Sarah Unger	2006	Rheindalen	Linus Rosenkranz	2005	Bad Wünnenberg
			Jonah Schulz	2005	Haltern
			Adrian Vohwinkel	2005	Kempen
			Patrick Welzel	2006	Verl

[www.dlrg.de](http://www.dlrg.de)

**DLRG**

Rettungssport im LV Westfalen

6

## Leistungskader im LV Westfalen

AK 15/16		Jahrgänge 2003 + 2004	
Klara Beaupoil	2004 Langenberg	Malte Barck	2004 Kempen
Finja Beckord	2004 Beckum-Lippetal	Justus Baum	2004 Bad Wünnenberg
Alina Chwesiuk	2003 Gelsenkirchen-Buer	Torge Christel	2003 Rheindahlen
Malke Elspas-Deckers	2004 Langenberg	Jonas Mülders	2003 Kempen
Maya Fischer-Rau	2004 Kempen	Erik Müller	2003 Gütersloh
Lynn Heinrichsmeier	2003 Langenberg	Niels Quack	2003 Hochneukirch
Merle Jansen	2004 Rheindahlen	Julia Schäfer	2004 Bad Wünnenberg
Maria Pagenkemper	2004 Langenberg		
Lea Spliethoff	2004 Alpen		

  

AK 17/18		Jahrgänge 2001 + 2002	
Malin Beuse	2001 Alpen	Matthias Biermanns	2002 Hochneukirch
Marie Brunsmann	2001 Lette	Paul Gross	2001 Hochneukirch
Katharina Gebbe	2002 Bad Wünnenberg	Patrick Hannes	2001 Nümbrecht
Lilli Hampeter	2002 Aachen	Anthony Kelley	2001 Schwerte
Kirsten Hense	2001 Alpen	Simon Laufkötter	2001 Bad Wünnenberg
Joy Kartal	2001 Verl	Philip McKeever	2002 Aldenhoven
Franziska Masmeyer	2001 Verl	Marvin Pareick	2002 Schwerte
Lena Metz	2002 Rheurdt	Henrik Reiß	2001 Bad Wünnenberg
Lina Noederprüm	2002 Kempen	Ben Simberger	2002 Hochneukirch
Inka Rosenkranz	2001 Bad Wünnenberg	Jonas Spliethoff	2001 Alpen
Fabienne Riediger	2002 Schwerte	Jakob Tschernich	2001 Nümbrecht
Hannah Stoyke	2002 Schwerte	Fabian Twelmeyer	2002 Harsewinkel
Stefanie Wullenkord	2002 Schloß Holte-Stukenbrock		

  

w = 33	33 = Nordrhein
m = 35	35 = Westfalen
	68

## Bundeskaderathleten aus Westfalen

Auch auf Bundesebene gibt es ein Kadersystem mit

- A-Kader
- B-Kader
- C-Kader (bis max. 24 Jahre)
- D/C-Kader (bis max. 18 Jahre)

## Trainingsequipment in Westfalen

Um das Freiwasser-Training in den DLRG-Ortsgruppen in den LV Nordrhein und Westfalen zu unterstützen, haben die Landestrainerteams der beiden LVs diverses Trainings-Equipment angeschafft.

Kadersportler können diese Geräte für die Teilnahme an Wettkämpfen oder das eigene Training für die Dauer von bis zu vier Wochen ausleihen.

Es handelt sich um

- 2 x Surf Ski Vision Team (also größenverstellbar)
- 2 x Surf Ski Fenn Julz (DS), größenverstellbar
- 2 x Surf Ski Fenn Bonito (also für Nippers), größenverstellbar
- 6 x Paddel, verstellbar, unterschdl. Blattgrößen
- 1 Paddle Board Crew
- 1 Paddle Board Oceanperf
- 1 Paddle Board wetz Junior
- 3 Paar Flossen, Speed Fins, unterschdl. Größen
- 5 Line-Throw-Leinen

## Talentsichtung der Bundesebene

Die DLRG-Bundestrainerin lädt jährlich zu zwei **Sichtungslehrgängen** ein: für den Freiwasser- und für den Pool-Bereich.

Jeder Landesverband darf dafür junge talentierte Athleten melden.



## Talentsichtung des LV Westfalen

Um die Athleten in den Ortsgruppen auf die Anforderungen bei der Bundessichtung vorzubereiten, bieten wir auch auf Landesebene diese zwei Sichtungen an:

Im Mai am Wisseler See in Kalkar  
10 TN 9-12 Jahre  
28 TN 13-15 Jahre

Im September im Freibad Ennigerloh  
11 TN 9-12 Jahre  
10 TN 13-15 Jahre

[www.dlrg.de](http://www.dlrg.de)

**DLRG**

Rettungssport im LV Westfalen

11

## Talentsichtung – Testbatterie

Gleiten	50m Tauchen mit Flossen
Gleiten nach Startsprung, Gleiten	50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
50m Freistil	50m Manikin Carry
Einklinken Puppe und Gurtretter	ODER 100m Rescue Medley
Gummiflossen anziehen	200m Super Lifesaver
Puppenaufnahme	ODER 200m Obstacles Swim
Puppenaufnahme mit Gummiflossen	100m Manikin Carry with Fins
25m Hindernis	ODER 100m Manikin Tow with Fins
25m Schleppen einer Puppe	2000m Freistil
25m Tauchen mit Gummiflossen	Klimmzüge
1000m Freistil	Liegestütze
20m Sprint	
Standweitsprung	
Medizinballweitwurf	
Kniebeuge	
Medizinballprellen	

[www.dlrg.de](http://www.dlrg.de)

**DLRG**

Rettungssport im LV Westfalen

12

## Talentsichtung – Testbatterie

Beach Flags	Surf Race
Bach flags Start	Ski Sprint
Board Geschicklichkeitsparcours	Ski Race
Board Sprint	Klimmzüge
Board Ausdauer	Liegestütze
Swim Sprint	
Swim Ausdauer	
20 m Sprint	
Standweitsprung	
Medizinballweitwurf	
Kniebeuge	
Medizinballprellen	

## Auswahlmannschaften Westfalen

Auswahlmannschaften nach LV getrennt (NR und WE)

### Juniorenrettungspokal

Für 6 w + 6 m Sportler  
(15 bis 18 Jahre – nach Jg.)

für Pool- und Freiwasser-Disziplinen  
3-kampf Pool + 3-kampf Freiwasser

### Teamauswahl

- Qualifikations-WK  
(Pool und Freiwasser)
- Vergleich dieser Ergebnisse mit  
den JRP-Resultat des Vorjahres,  
um Chancen zu ermitteln

### Deutschland-Pokal

Für 5 w + 5 m Sportler, sowie  
2 w + 2 m Junioren  
(~ 14 bis 18 Jahre – Geb.tag)  
nur Pool-Wettbewerbe  
4-kampf der besten je 4 TN

### Teamauswahl

- kein Qualifikations-WK, da  
kaum geeigneter Zeitpunkt
- aus besten Ergebnissen der  
DM und WM, JWM, JRP wird  
ein 4-kampf errechnet

## Junioren-Rettungspokal

im Freibad in Wesel und im  
Strandbad Tenderingssee in Voerde



Das Team Westfalen bildeten:

- Marie Brunsmann (DLRG Lette),
  - Milena Kleine (Harsewinkel),
  - Loreen Quinke (Ennigerloh),
  - Inka Rosenkranz (Bad Wünnenberg),
  - Louisa Waltermann (Harsewinkel),
  - Stefanie Wullenkord (Schloß Holte-Stukenbrock),
  - Marco Hetfeld (Schwerte),
  - Anthony Kelley (Schwerte),
  - Paul Loer (Bad Wünnenberg),
  - Hendrik Mühlenkord (Verl),
  - Tristan Siggemann (Verl),
  - Niklas Stachelbeck (Verl).
- Betreuer waren Finn Bonberg, Theresa Franz, Juergen Wohlgemuth sowie Anke Fabri als Unterstützung.

[www.dlrg.de](http://www.dlrg.de)

**DLRG**

Rettungssport im LV Westfalen

15

## Kadertraining im LV NR + Westfalen

Regelmäßiges Kadertraining gemeinsam für Sportler aus NR und WE

Dafür gibt es zwei Landesleistungsstützpunkte für das Pool-Training

- Schermbeck (Kreis Wesel) in NR  
Regelmäßig / etwa monatlich 4- bis 5-stündiges Training (1. Halbjahr)

Zusätzlich:

- wöchentliches Training an ausgewählten Stützpunkten  
(Pool – Herzebrock, Rheurdt)
- Wöchentliches Training an ausgewählten Stützpunkten  
(Freiwasser – Harsewinkel, Gelsenkirchen, Bonn, Krefeld)  
gekoppelt an das Training ausgewählter Ortsgruppen

Dazu: Trainings-Wochenenden/-lehrgänge

Für die Sportler alles kostenlos (außer evtl. Übernachtung), da LSB-gefördert

[www.dlrg.de](http://www.dlrg.de)

**DLRG**

Rettungssport im LV Westfalen

16



## Kadertraining im LV NR + Westfalen



[www.dlrg.de](http://www.dlrg.de)

**DLRG**

Rettungssport im LV Westfalen

17

## Heimtrainer-Forum

Wiederholung:  
Sonntag, 7. April, Duisburg  
(Sportschule Wedau)

Themenwünsche?

**Trainer-Forum  
Rettungssport NRW**

**Der Weg in den Landeskader**

**Kooperationsmöglichkeiten**

**Athletiktraining**

**Best practices: erfolgreiche Trainingsarbeit in der Ortsgruppe**

**Diskussionsrunde mit Bundeskademern**

**Bundestrainerin Elena Preille stellt sich vor**

**Ausbildung zum C-Trainer**

**Netzwerken mit weiteren Heimtrainern**

**Wer?**  
DLRG-Trainer im Rettungssport  
(alle Altersgruppen)

**Wann?**  
Sonntag, 15. April 2018, 9.30 – 16.30 Uhr

**Wo?** Landhotel Meier-Gresshoff,  
Gresshoffweg 6, 59302 Oelde

**Anmeldung online bis 1. April 2018:**  
<https://westfalen.dlrg.de> > Für Mitglieder  
> Lehrgänge > Übersicht

**Mittagessen und Kaffeepause inklusive!**

Fragen? [landestrainer@nordrhein.dlrg.de](mailto:landestrainer@nordrhein.dlrg.de)  
[landestrainer@westfalen.dlrg.de](mailto:landestrainer@westfalen.dlrg.de)

[www.dlrg.de](http://www.dlrg.de)

**DLRG**

Rettungssport im LV Westfalen

18

## Rettungssport auf Bundesebene

### Konzeption Rettungssport

Der Bundesbeauftragte Holger Friedrich u. a. haben ein Sportförderkonzept der DLRG erarbeitet. Es ist nun abschließend abgestimmt und beschlossen.

Anfang 2017 soll die Ausschreibung für zunächst zwei Bundesleistungsstützpunkte erfolgen (Pool und Freiwasser). Die können dann vermutlich im Laufe des Jahres 2017 ihre Arbeit aufnehmen.

Mittelfristiges Ziel ist auch die Einrichtung von mehreren Bundesleistungsstützpunkten in Nord, Süd, Ost und West mit teilhauptamtlichen Trainern.

## Bundesstützpunkt Pool

### Konzeption Rettungssport

Der LV Westfalen hat sich gemeinsam mit den LV Nordrhein und Niedersachsen um einen Bundestützpunkt Pool beworben.

# Sportförderkonzept der DLRG

## Regionalstützpunkt-Konzept

- Beschlossen vom Präsidium 2016 und bestätigt vom Präsidialrat 2016
- Einrichtung von sechs Bundesstützpunkten:
  - 4 Stützpunkte Pool
  - 2 Stützpunkte Ocean
- In verschiedenen Regionen (Kooperationen)
  - LV Schleswig-Holstein, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern
  - LV Brandenburg, Berlin, Sachsen-Anhalt, Thüringen, Sachsen
  - LV Nordrhein, Westfalen, Niedersachsen, Bremen
  - LV Bayern, Baden, Württemberg, Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland

# Sportförderkonzept der DLRG

## Ziele:

- 1) Regionalisierung (ergänzende dezentrale Angebote neben dem Bundesleistungszentrum in Warendorf nach oben – und zusätzliche gebündelte, spezialisierte Betreuung nach unten) zur effektiveren Ausbildung und Betreuung von Talenten und Kadern durch den jeweiligen Bundesstützpunkt.
- 2) Signifikante Erhöhung der bisherigen Anzahl von Trainern und Ausbildern. Der Bundesstützpunkt hat eine Vernetzung seiner Fortbildungsangebote mit den Angeboten der zugeordneten Landesverbände sicher zu stellen.
- 3) Mitarbeit bei der Weiterentwicklung eines Rahmentrainingsplans für die DLRG, der eine leistungssportliche Betreuung von Nachwuchssportlern, die sportliche Grundausbildung für Kinder und Jugendliche und die Schwimm- und Rettungsschwimmbildung, absichert.

# Sportförderkonzept der DLRG

## Eckdaten für den Bundesstützpunkt Pool

- Vergabe für die Dauer von vier Jahren
- Abschluss von Zielvereinbarungen
- möglichst zentrale Lage im Betreuungsgebiet
- Jahresbericht jeweils zum 31.12.
- Nutzungsmöglichkeiten bereits vorhandener Strukturen (z. B. Personal)
- Nutzung vorhandener Sportkomplexe (50m SH, Freigewässer, Kraftraum, Sporthalle)
- Anbindung an eine universitäre Einrichtung
- Möglichkeit zur Nutzung einer sportmedizinischen Einrichtung
- Zuschuss Bundesverband: 50% der Gesamtkosten, maximal 20.000 € jährlich

# Sportförderkonzept der DLRG

## Eckdaten für den Bundesstützpunkt Pool

- grundlegende Möglichkeiten für eine Zusammenarbeit mit LSB, OSP
- wünschenswert ist eine Zusammenarbeit mit einer Sportschule oder einer Sportfördergruppe (z. B. Bundeswehr und/oder Polizei )
- Nutzung finanz. Möglichkeiten in einem Bundesland (LSB, regionale Sportstiftung)
- Anstellung mindestens eines semiprofessionellen Mitarbeiters (w/m):
  - abgeschlossenes Studium (möglichst im Bereich Sport)
  - DLRG-spezifische Trainer-Ausbildung (möglichst Trainer B)
  - pädagogische und methodisch-didaktische Kenntnisse
  - Kenntnisse und Erfahrungen im Sportmanagementbereich
  - Kenntnisse in der Führung von Mitarbeitern

## Sportförderkonzept der DLRG

### Aufgaben eines BSP:

1. Durchführung von regionalen Ausbildungslehrgängen im Rettungssport
  - Jährlich mind. 1 Ausbildungslehrgang Trainer C Rettungssport
  - Jährlich fünf regionale Kadermaßnahmen durchführen
2. Überregionale Sichtung und Betreuung von DLRG-Talenten und -Kadern
  - Sichtungen pro Jahr:
    - Durchführung von mindestens zwei Talentsichtungen
    - fünf regionale Maßnahmen Talent-Scouting
    - regelmäßige Maßnahmen in Kooperation mit dem außerunterrichtlichen Schulsport (z. B. Schulsport-AGs)
3. Vernetzung von sportlichen Aktivitäten - optimale Gestaltung individueller Angebote
  - Durchführung von fünf regionalen Kadermaßnahmen
  - 2 x wöchentliches Rettungssporttraining für Stützpunktsportler
  - 2 x wöchentliches Athletiktraining für Stützpunktathleten

## Sportförderkonzept der DLRG

### Bewerbung:

- Bis zum 20.12.2018
- Benennung der Bundesstützpunkte erfolgt durch das Präsidium auf Vorschlag der Leitung Einsatz, die auch die Steuerung und Kontrolle der BSP verantwortet
- die Personal- und Aufgabensteuerung des Bundesstützpunktes erfolgt über den zuständigen Arbeitsbereich der Bundesgeschäftsstelle und der Leitung des BLZ  
(Anm.: also die Bundestrainerin) in Abstimmung mit dem Träger-LV des BSP.

## Sportförderkonzept der DLRG

### Partner:

- LV Nordrhein
- LV Niedersachsen
  
- LV Bremen hat kein Interesse

## Sportförderkonzept der DLRG

### Vorteile für uns:

- Fester Anlaufpunkt für Ausbildungs- und Trainingsmaßnahmen
- Zusätzliche Ausbildungs- und Trainingsmaßnahmen
- Kooperationsmöglichkeiten mit Sportmedizin und Universität
- Unterstützung durch Semi-Hauptamtlichkeit
- Wir sollten nicht den Anschluss verpassen, weil andere LV diese Möglichkeiten bereits (erfolgreich) nutzen