



## **INFORMATIONEN FÜR DIE ELTERN DER KINDERGRUPPE**

Stand Dezember 2020

### **ALLGEMEINE INFORMATIONEN ÜBER UNS**

In unserer Kindergruppe rudern Mädchen ab 8 bis 14 Jahren. Es werden je nach Nachfrage der Gruppenmitglieder 2-3 Trainingstermine pro der Woche angeboten. Wie oft die Kinder an dem Training teilnehmen, dürfen sie selbst entscheiden. Es ist aber wichtig, dass die Betreuerinnen rechtzeitig benachrichtigt werden, wenn ein Kind nicht kommen kann.

### **RUDERSAISON UND WINTERPROGRAMM**

Für die Kinder beginnt die Rudersaison nach den Frühjahrsferien und endet mit den Herbstferien. Im Winterhalbjahr wird zusammen gelaufen, geschwommen und in der Halle Sport getrieben. Die fortgeschrittenen Kinder rudern zusätzlich am Sonntag solange die Bedingungen (Wetter, Eis) dies zulassen. Alternativ wird im Winter am Sonntag im Kraftraum auf den Ruderergometern gerudert. In den Ferien findet kein Training statt.

### **BEITRAG**

Die Beitragshöhe wird auf unserer Jahreshauptversammlung durch die Mitglieder festgesetzt. Die minimale Mitgliedszeit beträgt 2 Jahre. Kündigungen für das Folgejahr müssen bis zum 30. September eingegangen sein. Z. Zt. beträgt der Jahresbeitrag für Kinder und Jugendliche:

	Jahresbeitrag inkl. Verbandsbeiträge	Eintrittsgeld (einmalig)
Kinder und Jugendliche (bis 18 J.)	140 €	50 € (inkl. Club-T-Shirt)

Einkommensschwache Familien können die Übernahme der Mitgliedsbeiträge bei "Kids in die Clubs" beantragen. Für nähere Informationen dazu wenden Sie sich bitte an die Jugendwartin.

### **VERSICHERUNG**

Alle Mitglieder im HRC sind über die Versicherung des Hamburger Sportbundes gegen Unfall- und Haftpflichtschäden im Ruderbetrieb versichert.

### **HRC RUDERKLEIDUNG**

Unsere Clubkleidung (dunkelblau/weiß) kann bei den Ausbilderinnen gekauft werden.

### **SCHRANKMIETE**

Es steht im Umkleideraum eine begrenzte Anzahl von Schrankplätzen zur Verfügung. Sie werden je nach Verfügbarkeit für € 10.- jährlich vermietet. Zur Unterbringung von Wertsachen befinden sich Schließfächer im kleinen Umkleideraum. Wenn ein Schrank gemietet werden soll, bitte an die Clubhauswartin wenden: clubhaus@hamburger-ruderinnen.de.

## SICHERHEIT

Die Wasserqualität des Isebek-Kanals wird im Gegensatz zur Alster nicht behördlich geprüft. Zur Ausbildung gehören auch Kenterübungen, bei denen die Kinder ins Wasser fallen und lernen, wieder ins Boot einzusteigen. Das ist wichtig und lässt sich nicht vermeiden. Baden bei warmem Wetter bedarf der Zustimmung der Eltern.

Rudern ist ein Sport der auf der einen Seite sehr verletzungsarm ist, jedoch auf der anderen Seite auch nicht ganz ungefährlich ist, da der Sport auf dem Wasser stattfindet. Die Vorsitzenden der Hamburger Rudervereine haben einvernehmlich zum Thema Sicherheit Regeln/Empfehlungen ausgesprochen, die von uns umzusetzen sind.

Die nachfolgenden Punkte beschreiben die wichtigsten Regeln für das Rudern insbesondere mit Kindern und Jugendlichen in unserem Revier. Sie richten sich an die Trainerinnen, die ihrerseits die Verhaltensregeln den Kindern zu erklären und mit ihnen auch praktisch zu trainieren haben.

- Alle Kinder müssen schwimmen (mindestens Bronze-Abzeichen) können (Unterschrift der Eltern, Aufnahmeformular)
- Kinder, die sich noch nicht freigerudert haben, dürfen im Einer nur vor dem Steg rudern. Eine Trainerin muss dann am Steg bleiben.
- Zur praktischen und theoretischen Ausbildung gehört, dass die Kinder die „Offiziellen Ruderkommandos des DRV“ kennenlernen und anwenden. Das Gleiche gilt für die Verkehrsregeln auf der Alster.
- Die Trainerinnen haben vor Beginn einer Fahrt die Witterungsbedingungen zu prüfen und zu entscheiden, ob und wo gerudert werden kann. Bei Dunkelheit und sehr ungünstigen Witterungsbedingungen (Nebel, Gewitter, Sturm) darf nicht gerudert werden.
- Grundsätzlich dürfen bei Wassertemperaturen unter 15 °C (Thermometer liegt beim Fahrtenbuch) keine lagelabilen (Skiff und Rennzweier) Boote gerudert werden. Eine Ausnahme gilt für die Kinder und Jugendlichen, die sich auf Regatten vorbereiten und/ oder Teil der 2. Wettkampfebene sind. Sie müssen dann eine Rettungsweste tragen und von einem Motorboot begleitet werden.
- Auch die Besatzung des Motorbootes muss bei Wassertemperaturen unter 15 °C eine Rettungsweste tragen.
- Das Anziehen der Rettungswesten, das Auslösen bei halbautomatischen Westen sowie das Schwimmen mit einer Weste müssen geübt werden.
- Da nur ein Motorboot vorhanden ist und deshalb nicht immer alle Ruderinnen gleichzeitig beobachtet werden können, sollen die Kinder in Gruppen rudern, damit kein Kind ohne Aufsicht bleibt. Alle Kinder sollen in vorher abgesprochenen Abständen aufeinander warten, damit die Trainerinnen den Überblick über die gesamte Gruppe behalten.
- Sollte ein Kind kentern kann es in den Sommermonaten zunächst versuchen, allein wieder ins Boot zu kommen. Wenn es das nicht schafft, wartet es beim Boot auf Hilfe. Schwimmen sollte das Kind nur in Ausnahmefällen, z.B. wenn die Kenterung im Isebekkanal in der unmittelbaren Nähe einer Leiter oder eines Steges geschehen ist.
- Bei Wassertemperaturen unter 15 °C (also mit Weste!) soll das Kind nicht versuchen wieder einzusteigen (kritischer Wärmeverlust). Das gekenterte Kind soll seinen Oberkörper möglichst weit aus dem Wasser bringen, sich über das Boot legen und auf Hilfe warten.
- Wenn ein Kind einem gekenterten Kind begegnet, sollte es bei dem gekenterten Boot, bleiben bis Hilfe kommt. Das nichtgekenterte Kind sollte aber nicht selbst ins Wasser springen, um dem anderen Kind zu helfen.

Die Trainerinnen haben die Verantwortung für die Kinder und Jugendlichen. Deshalb entscheiden **sie** im Rahmen der o.g. Grundsätze über das Vorgehen im Einzelfall.

## **AUSBILDUNG**

Unsere Ausbilderinnen sind in der Regel junge Ruderinnen mit mehrjähriger Ruder-, z.T. Leistungs-Ruderinnen-Erfahrung. Wir sorgen für ihre notwendige Ausbildung in Form von Lehrgängen wie Übungsleiterlehrgänge und Motorbootführerschein.

Unser - und damit auch das Ziel unserer Ausbilderinnen - ist es, den Kindern eine gute Rudertechnik zu vermitteln. Weiterhin vermitteln wir ihnen Kenntnisse über die Verkehrsregeln auf der Alster. Dies ist sowohl für das Steuern von Booten als auch für das Fahren in ungesteuerten Booten wichtig.

## **FREIRUDERPRÜFUNG**

Die Grundausbildung ist mit der Freiruderprüfung, zu der ein praktischer und theoretischer Teil gehören, beendet. Im Skiff (Renneiner) soll nachgewiesen werden, ob das eigenständige Rudern in diesem Boot beherrscht wird. Der theoretische Teil soll überprüfen, ob die Kinder und Jugendlichen ausreichende Kenntnis über die allgemeinen Regeln, die auf der Alster und in und um unser Bootshaus zu beachten sind, haben. Es gibt jährlich einen Termin im Frühling, bei dem die Prüfung abgenommen wird.

## **TEILNAHME AN WETTKÄMPFEN**

Die Teilnahme an Regatten während der Sommersaison oder anderen Wettkämpfen während der Wintersaison ist erwünscht, aber keinesfalls erforderlich. Aus Erfahrung ist eine solche Teilnahme für die Gruppe aber auch für Ihr Kind persönlich eine große Bereicherung. Für Regatten müssen die Boote auf Bootsanhänger verladen werden. Dies dauert meist länger als das normale Training. Bei Wettkampforten außerhalb von Hamburg übernachtet die Kindergruppe meist in Schulen oder Turnhallen.

Für die Meldung bei einer Regatta ist jedes Jahr eine ärztliche Bestätigung (Hausarzt reicht aus) erforderlich. Die Daten Ihres Kindes werden beim Deutschen Ruderverband elektronisch gespeichert und im Zusammenhang mit der Organisation der Regatta genutzt.

## **KOMMUNIKATION IN DER GRUPPE**

Für eine erleichterte Terminabsprache rund um das Training und zwischendurch anfallende Wettkämpfe nutzt die Kindergruppe WhatsApp. Bitte teilen Sie uns auf der vorläufigen Anmeldung mit, ob Sie der Nutzung zustimmen, bzw. vermerken, wenn Ihr Kind kein Smartphone besitzt.

## **ZUSAMMENARBEIT MIT DEN ELTERN**

Um unseren Ausbilderinnen die Arbeit zu erleichtern, möchten wir die Eltern um Mitarbeit bitten. Das bedeutet einmal, dass wir Sie bitten möchten, Ihre Kinder regelmäßig zu fragen, ob es Informationen (z.B. Zettel) gegeben hat und Ihren Kindern dann die Antwort möglichst schnell mitzugeben. Nur die Kinder, von denen wir schriftlich die Zusage erhalten haben, können an Regatten, Freizeiten u.Ä. teilnehmen. Schön wäre es auch, wenn Eltern Mitfahrmöglichkeiten bei Veranstaltungen anbieten können.