

Rundbrief Nr. 2018-104



Verteiler: Alle A- bis D/C-Kadersportler/innen @
Aktivensprecher @

Zur Kenntnis: AH, DMO, ThR, UV, Hö, BGF, Paf, CS, HoF @
Heimtrainer/innen d.Kadersportler/innen @
Landestrainer/-innen @
MA Rettungssport @

Betreff: **Weihnachtspost DLRG Rettungssport**

**Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.**

Bundesgeschäftsstelle

Referat 2, Rettungssport

Elena Prella/ Kai Schirmer

Im Niedernfeld 1-3

31542 Bad Nenndorf

Telefon: 05723 . 955 - 422

Telefax: 05723 . 955 - 429

E-mail:

rettungssport@bgst.dlrg.de

elena.prella@bgst.dlrg.de

kai.schirmer@bgst.dlrg.de

Internet: www.DLRG.de

Pre/KaS/hf

21. Dezember 2018

Liebe Kadersportlerinnen und Kadersportler,

wir möchten euch für ein erfolgreiches Jahr 2018 danken. Dieser Dank soll nicht nur euch, sondern auch euren Trainerinnen und Trainern und Betreuern gelten. Euer tägliches Training zuhause, in der Schwimmhalle, im Krafraum, auf dem See oder am Strand macht es erst möglich, dass wir so große Erfolge feiern können.

Wir messen das Jahr nicht nur in Platzierungen, Zeiten oder Medaillen, sondern auch an der großen Resonanz an unseren Maßnahmen.

Vielen Dank für eure Unterstützung, auf ein erfolgreiches 2019.

Elena Prella
Bundestrainerin

Kai-Uwe Schirmer
Assistenztrainer

Inhalt

| | |
|--|----|
| Rundbrief Nr. 2018-104 | 1 |
| Rückblick Saison 2018: | 3 |
| Maßnahmen für den DLRG Bundeskader 2018: | 4 |
| Athletensprecher | 5 |
| Kalender 2019: | 6 |
| Übersicht Maßnahmen 2019: | 6 |
| Nominierungen | 16 |
| Kaderkriterien 2020 | 17 |
| NADA (Nationale Anti-Doping Agentur) Testpool | 18 |
| Sportfördergruppe der Bundeswehr | 20 |
| Teamkleidung | 20 |
| Sponsoring | 21 |
| Fahrtkostenerstattung | 21 |
| Fahrten mit DLRG Fahrzeugen | 21 |
| Versicherung privater Boards / Skis | 21 |
| Sportlererklärung und Verpflichtungserklärung | 21 |
| Presse- und Öffentlichkeitsarbeit / Nutzung soziale Medien | 22 |
| Bundeskader | 22 |
| Nachwuchstraining in Warendorf | 22 |
| Sonstiges | 23 |
| Kontaktpersonen:..... | 23 |

Rückblick Saison 2018:

LWC 2018 - ADELAIDE

Das TEAM:

Frauen: Jasmin DZIURON, Jessica GROTE, Kerstin LANGE, Kirsten LÜHR, Carla STRÜBING, Vivian ZANDER

Männer: Christian ERTEL, David LAUFKÖTTER, Jan MALKOWSKI, Joshua PERLING, Daniel ROGGERLAND, Danny WIECK.



Medaillen:

6 - Gold

Jan MALKOWSKI 100 m manikin carry withfins

Danny WIECK 50 m manikin carry

4x25m manikin relay F (Lühr, Grote, Zander, Lange) - DR

4x25m manikin relay M (Ertel, Perling, Laufkötter, Wieck)

4x50m lifesaver mixed relay (Lange, Malkowski, Perling, Zander) - WR

4x50m medley relay M (Ertel, Malkowski, Wieck, Laufkötter) - WR

2 - Silber

Jan MALKOWSKI 100m manikin tow with fins

Danny WIECK 100m medley

1- Bronze

David LAUFKÖTTER 200m Super Lifesaver

Weitere Rekorde:

Vivian ZANDER 100m manikin tow with fins – DR

4x50m obstacle relay F (Lange, Lühr, Grote, Zander) - DR

Gesamtwertung:

4. Platz mit 468 Punkte

4. Platz im Pool mit 342 Punkte

9. Platz im Ocean mit 126 Punkte

JUNIOREN EUROPAMEISTERSCHAFTEN

Das TEAM:

Frauen: Andrea ELING, Nina HOLT, Undine LAUERWALD, Valentina TOTI, Hanna VAN OS, Lena VAN OS.

Männer: Marco HETFELD, Max KUBLER, Arne MÖLLER, Marten PÄTZOLD, Marc Kevin SCHLEY, Lukas VOM EYSER.

Medaillen: Gold: 6

Silber: 8

Bronze: 6

Rankings: Overall 2 (830 Punkte)

Pool 2 (453 Punkte) + Ocean 4 (377 Punkte)



DLRG CUP

Das TEAM:

Frauen: Andrea ELING, Jessica GROTE, Clara STEINBERG, Carla STRÜBING, Vivian ZANDER

Männer: Christian ERTEL, David LAUFKÖTTER, Daniel ROGGENLAND, Nordin SPARMANN, Christian WATERMANN

Rankings:

Overall 1

Strübing 1

Roggenland 1

Sparmann 3



Maßnahmen für den DLRG Bundeskader 2018:

Länderkämpfe:

5 Poolwettkämpfe (Riccione, Madrid, Dordrecht, Lüttich, Eindhoven)

5 Oceanwettkämpfe (RipCurlRescue, OceanPerf Challenge, Filcow Cup, Atlantic Games, Rescue 13)

Trainingslager:

3 Pool Trainingslager (JEM Vorbereitung, Oster TL 1, Oster TL 2)

4 Ocean Trainingslager (Fuerteventura, Lacanau, Warnemünde, Roses)

Lehrgänge:

2 Pool Lehrgänge

1 Ocean Lehrgang



DCP, JRP, Trophy Serie, DLRG Cup, Deutsche Meisterschaften:

Die DLRG Bundesebene organisierte mehrere nationale und internationale Wettkämpfe für alle Rettungssportlerinnen und Rettungssportler in Deutschland.

Ziel dieser Wettkämpfe war es, euch Sportlern eine Leistungsentwicklung zu ermöglichen, Erfahrungen und Erfolge zu sammeln.

Für das Trainerteam waren diese Wettkämpfe eine wichtige Grundlage für die Nominierungen der Nationalmannschaften oder Auswahlmannschaften.

Besondere Ereignisse:

5 Juniorinnen und 5 Junioren sind bei den Atlantic Games gestartet und haben die Lifesaving Gesamtwertung gewonnen. Im Atlantic Games Medaillenspiegel war das der 2. Platz.

Nach der WM nahmen 3 Sportsoldaten in St. Petersburg an einem militärischen Wettkampf teil.

Interclub Weltmeisterschaften:

Danny Wieck – Gold 50m manikin carry, Bronze 100m rescue medley

Fabian Ende- Silber 50m manikin carry, Bronze 100m rescue medley

Kerstin Lange- Silber 50m manikin carry

Kevin Lehr- Gold 100m manikin tow, 100m manikin carry

Fabian Thorwesten Bronze 100m manikin tow



Athletensprecher

Liebe Athleten,

die Saison 2018 ist zu Ende und die Vorbereitung für das kommende Jahr steht an. Im Jahr 2018 konnten wir, der Bundeskader, mit dem Juniorenteam und der Nationalmannschaft zahlreiche Erfolge feiern. An dieser Stelle noch einmal Herzlichen Glückwunsch!

Wie immer stehen wir, die Athletensprecher, euch jederzeit zur Verfügung, wenn es Fragen und Probleme über und um den Sport geht.

In der Athletenversammlung im Zuge der DCP habt ihr Carla Strübing zur weiblichen Athletenvertretung gewählt. Unsere Kontaktdaten findet Ihr hier:



| | |
|---|--|
| Name: Carla Strübing E-Mail: carla.struebing@gmail.com Telefon: 015158183779 | Name: David Laufkötter E-Mail: d.laufkoetter@googlemail.com Telefon: 01729479891 |
|---|--|

Ihr könnt uns jederzeit unter den angegebenen Kontaktdaten erreichen.

Viel Erfolg und Gesundheit für die kommende Saison 2019 wünschen euch eure Athletensprecher.

Carla & David

Kalender 2019:

Die Kalenderübersicht 2019 findet ihr im Anhang. Vorab möchten wir euch schon folgende Informationen zu den geplanten Maßnahmen geben.

Alle Infos sind vorläufig, eventuelle Änderungen werden mit der Nominierung (E-Mail und/oder Rundbrief) kommuniziert.

Anreise, Abreise (Ort und Zeit) und Vorbereitungen sind Bestandteile der Maßnahme!

Sportler/innen, die ihre An- und/oder Abreise selbst organisieren möchten, müssen das bei der Anmeldung angeben. Wenn sie für die Maßnahme nominiert werden und selbst fahren, erhalten sie den Spartarif der Deutschen Bahn vom Heimatort nach Warendorf. Sie müssen die Unterkunft mit der Mannschaft nutzen und an den Maßnahmen (WK/TL) teilnehmen.

Wenn man als Bundeskaderathlet/in an einer Maßnahme teilnimmt, gehört man zum Team, Staffeln sind Teil der Maßnahme.

Alle Heim- und Landestrainer/innen der Bundeskaderathleten sind immer herzlich willkommen bei Trainingseinheiten innerhalb der Bundeskadermaßnahmen. Bitte vorher einfach eine kurze Info an Elena.

Übersicht Maßnahmen 2019:

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Landestrainertreffen / Klausurtagung |
| Ort | Bad Nenndorf |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 11.-13.01.2019 |
| weitere Infos | Einladung ist erfolgt, s. Rundbriefe |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Training Probe SpBw |
| Ort | Warendorf - Sportschule |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 21.-26.01.2019 |
| Inhalt | Eine Woche Training und Test in Waf. Montag-Vormittag Anreise und Anmeldung im GeZi (Geb.4). 13:30/18.30 Treffen im Pool; Gespräch, Wasser Einheit, Kraftraum. Dienstag – 07:30/10:30 und 15:30/18:30 Pool. Mittwoch - 07:30/11:30 Pool und Gym; 15:30/18:30 Pool. Donnerstag – ca. 09:30/11:30 Ocean/Laufen/Rad; 15:30/18:30 Pool. Freitag - 07:30/11:30 Pool und Gym; 13:45/16:30 Pool. Samstag – ca. 09:00/10:00 Gespräch; 14.00/16.00 Pool. |
| Teilnehmer | Kandidaten für die Sportfördergruppe (01.11.2019) |
| Versorgung | Vollverpflegung: ab Montag (Mittagessen) bis Samstag (Mittagessen). (Montag bis Freitagmittag in der Kantine; Freitagabend bis Samstagmittag selbstständig in der eigenen Küche) Übernachtung in der Sportschule |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | - |
| Kosten | keine |
| Gruppengröße | - |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise 21.01. Ab 07.30 Uhr (Anmeldung im Gezi) Abreise 26.01. Nach 16.00 Uhr |
| weitere Infos | Trainer sind herzlich willkommen (Reise, Verpflegung und Übernachtung sollen selbst organisiert/bezahlt werden). |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | Wintertrainingslager Südtirol |
| Ort | Steinhaus |
| Land | Italien |
| geplanter Zeitraum | 09.-16.02.2019 |
| Inhalt | Ausdauer; Skilanglauf, Abfahrt Ski |
| Teilnehmer | Alle Kader |
| Versorgung | Halbpension |
| Betreuung | Daniel Gättschmann |
| weitere Trainer | n.N. |
| Kosten | 290 € inkl. Skipass |
| Gruppengröße | 15 |
| Anmeldeschluss | 11.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | per Reisebus |
| weitere Infos | Bundesstützpunkt Pool, Daniel Gättschmann |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | Italienische Meisterschaften Pool und Trainingslager |
| Ort | Riccione |
| Land | Italien |
| geplanter Zeitraum | 09.-18.02.2019 |
| Inhalt | 4 Tage Pool Trainingslager und 4 Tage Poolwettkampf (Altersklasse) auf hohem internationalem Niveau |
| Teilnehmer | A bis C Kader |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Samstagabend bis Montag Frühstück |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Ein Freiwilliger des Trainerteams bzw. HT/ LV-Trainer oder KaRi (Bitte bei Elena anmelden bis spätestens 10.01.2019) |
| Kosten | 50 € Eigenanteil/ Sportler |
| Gruppengröße | 16 Sportler (+ 2 Betreuer): 4 FRAUEN: min. 2 F 2001/2002 und max. 2 F 2003/2004. 4 FRAUEN: 2000 und älter. 4 MÄNNER: (2001/ 2002). 4 MÄNNER: (1998 und älter). |
| Anmeldeschluss | 10.01./2019 (inkl. Streckenwunsch und Meldezeiten, Staffelposition) per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | ANREISE 09.02. Warendorf. Abfahrt um 06:00 von der Sportschule (Treffen am Bulli). Zwischenstopp: gegen 12:00 Uhr in P&R Nersingen, Buchbergstraße 100, 89233 Neu-Ulm, Deutschland. ABREISE 18.02. Warendorf. Zwischenstopp mit Übernachtung in der Nähe von Vipiten am 17.02. Zwischenstopp am Pendlerparkplatz A7 Kitzingen am 18.02. gegen 13:00 Uhr. Bitte, Bescheid sagen, wenn ihr an dem Zwischenstopp ein/aussteigen möchtet. |
| weitere Infos | Reise: 2 Bullis. Wenn 2 Sportler fahren möchten (3-4 Stunden) können wir die Anreise an einem Tag machen. Bitte gebt eine kurze Information, falls ihr ein Teilstück den Bulli fahren wollt. |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Sports Coaching and Sports Nutrition Project |
| Ort | Warendorf - Sportschule |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 22.-24.02.2019 |
| Inhalt | Sportpsychologie und Ernährung |
| Teilnehmer | Alle Kader und Trainer |
| Versorgung | Vollverpflegung vom 22.02. Abendessen bis zum 24.02. Mittagessen |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Dr. Letizia Navarino und Giorgia Bianco |
| Kosten | Für Sportler keine, Trainer auf eigene Kosten (Anreise, Verpflegung, Unterkunft) |
| Gruppengröße | 30 Teilnehmer (Sportler + Trainer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise: 22.02. Warendorf, 15.00 Uhr im Bundestrainer Büro (Geb. 4) Abreise 24.02. Warendorf, 13.00 Uhr |
| weitere Infos | Planung und Lebenslauf d. Referentinnen im Anhang. Der Lehrgang ist auf ENGLISCH und kann als Trainerfortbildung (Trainer C/B Rettungssport) genutzt werden. Unterricht im U-Raum (Freitag, Samstagvormittag, Sonntag); in der Leichtathletikhalle und im Krafraum (Freitag, Samstagnachmittag). Benötigtes Material: Lauf- und Krafraum-Kleidung. |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Pool Wettkampf Dordrecht |
| Ort | Dordrecht |
| Land | Niederlande |
| geplanter Zeitraum | 15.-17.03.2019 |
| Inhalt | Internationaler Poolwettkampf |
| Teilnehmer | C und D/C Kader (ggf. weitere Kader) |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Freitag Abendessen bis Sonntag Mittagessen |
| Betreuung | Kai Schirmer (oder TT/KaRi) |
| weitere Trainer | - |
| Kosten | Keine |
| Gruppengröße | 8 Sportler (+ 1 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 (inkl. Streckenwunsch und Meldezeiten, Staffelposition) per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise: 15.3. bis 15.00 Uhr Warendorf (Treffen am Bulli) Abreise: 17.3. abends Warendorf |
| weitere Infos | Kein Zwischenstopp |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Trainingslager und südafrikanische Meisterschaften |
| Ort | FishHoek – Port Elisabeth |
| Land | Südafrika |
| geplanter Zeitraum | 16.03. - 02.04.2019 |
| Inhalt | Oceantrainingslager (Iron, Board, Ski) |
| Teilnehmer | A und B Kader (ggf. weitere Kader) |
| Versorgung | Vollverpflegung ab 16. Abend bis 2. Frühstück |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Andrew Crook |
| Kosten | Eigenanteil: A Kader: 100€/ Sportler B Kader: 200€/ Sportler C Kader: 300€/ Sportler |
| Gruppengröße | 8 Sportler (+1 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise 16.03. Abends Frankfurt (Flughafen) Abreise 02.04. Morgens Frankfurt (Flughafen) |
| weitere Infos | Die genauen Zeiten und die Bestätigung vom Flughafen werden nach der Nominierung bekannt gegeben. VORLÄUFIGE PLANUNG: 16.-17.03. Flug 17.-24.03. FishHoek (Training) 25.-27.03. Port Elisabeth (Training) 28.-30.03. Port Elisabeth (WK) 31.03. Fahrt 01.-02.04. Flug EIGENE PADDEL mitnehmen. BOARD: Wetiz Boards SKI: Feen Skis Eventuelle Wetiz oder Fenn Athleten, bitte Elena Bescheid sagen. |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Ocean Trainingslager Roses |
| Ort | Roses |
| Land | Spanien |
| geplanter Zeitraum | 12.-20.04. |
| Inhalt | Oceantraining; Pool Einheiten in 25 Meter SH möglich |
| Teilnehmer | Alle Kader |
| Versorgung | Vollverpflegung außer für An- und Abreisetag |
| Betreuung | Holger Friedrich |
| weitere Trainer | Daniel Gättschmann, Christian Oesterwind |
| Kosten | 365,00 € zzgl. Reisekosten abzüglich Zuschuss für: A Kader: 365€ B Kader: 300€ C Kader: 250€ D/C Kader: 200€ |
| Gruppengröße | keine |
| Anmeldeschluss | 11.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise 12.04. per Reisebus oder über eigene OG Abreise 20.04. per Reisebus oder über eigene OG |
| weitere Infos | https://sachsen-anhalt.dlrg.de/sport/rettungssport/copa-de-roses/copa-de-roses-2018 |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | Test und Clinic BEACH |
| Ort | Warendorf - Sportschule |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 12.-14.04.2019 |
| Inhalt | Sprint und Flags Lehrgang mit Leistungsdiagnostik |
| Teilnehmer | Alle Kader und Trainer |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Freitag Abendessen bis Sonntag Mittagessen |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Andreas Goetsch, Mario Thoss, Juergen Wohlgemuth |
| Kosten | Für Sportler keine, Trainer auf eigene Kosten (Anreise, Verpflegung, Unterkunft) |
| Gruppengröße | 20 Teilnehmer (Sportler + Trainer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise: 12.04. Warendorf, 15.00 Uhr im Bundestrainerin Büro (Geb. 4) Abreise 14.04. Warendorf, 13.00 Uhr |
| weitere Infos | Benötigtes Material: Lauf- und Kraftraum-Kleidung. VORLÄUFIGE PLANUNG (Leichtathletikhalle und Kraftraum + U-Raum): - Sprint Test und Video Analyse - Flags Video Analyse - Maximal-Kraft Test |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | Test und Clinic POOL |
| Ort | Warendorf - Sportschule |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 16.-18.04.2019 |
| Inhalt | Sprint und Flags Lehrgang mit Leistungsdiagnostik |
| Teilnehmer | Alle Kader und Trainer |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Dienstag Abendessen bis Donnerstag Mittagessen |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | 2 Freiwillige des Trainerteams bzw. Heimtrainer/ Landestrainer |
| Kosten | A Kader frei, andere Kader: 60€ für Diagnostik Kosten |
| Gruppengröße | Max. 15 Sportler und 10 Trainer (+3 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise: 16.04. Warendorf, 15.00 Uhr im Bundestrainerin Büro (Geb. 4) Abreise 18.04. Warendorf, 13.00 Uhr |
| weitere Infos | Benötigtes Material: Pool Material + Lauf- und Kraftraum-Kleidung. VORLÄUFIGE PLANUNG: - Dienstag (Kraftraum - Maximal Kraft Test) - Mittwoch (Vormittag – Pool – Messungen und Beine Test// Nachmittag - Pool – Belastungszone Test) - Donnerstag (Vormittag - Pool - Swimming Efficiency Test) |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Ostertrainingslager |
| Ort | Warendorf - Sportschule |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 23. - 27.04.2019 |
| Inhalt | Pooltrainingslager, eigenes Krafttraining |
| Teilnehmer | Jahrgang 2001 und jünger |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Dienstag Abendessen bis Samstag Mittagessen |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Ein Freiwilliger des Trainerteams bzw. Heimtrainer/ Landestrainer |
| Kosten | Keine |
| Gruppengröße | 30 Sportler (+2 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise 23.04. um 14.00 Uhr Warendorf im Bundestrainerin Büro (Geb. 4) Abreise 27.04. um 13.00 Uhr Warendorf |
| weitere Infos | Trainer sind herzlich willkommen. (Reise, Verpflegung und Übernachtung muss selbst organisiert u. bezahlt werden.) VORLÄUFIGE PLANUNG: Dienstag 15:00/18:00 Pool Mittwoch 07:30/10:00 Pool-10/11:30 Gym-15/18:00 Pool Donnerstag 07:30/10:00 Pool – 15:00/18:00 Pool Freitag 07:30/10:00 Pool – 10/11:30 Gym – 15/18:00 Pool Samstag 09:00/12:00 Pool |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | MISP Pool Wettkampf |
| Ort | Lüttich |
| Land | Belgien |
| geplanter Zeitraum | 27.-28.04.2019 |
| Inhalt | Internationaler Pool Wettkampf |
| Teilnehmer | C und D/C Kader, ggf. A und B Kader. Priorität zu den Sportlern, die beim Ostertrainingslager sind. |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Samstag Abendessen bis Sonntag Mittagessen |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Ein Freiwilliger des Trainerteams bzw. Heimtrainer/ Landestrainer oder KaRi |
| Kosten | keine |
| Gruppengröße | 16 Sportler (+ 2 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 (inkl. Streckenwunsch, Meldezeiten, Staffelpos.) per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise 27.04. – 15.00 Uhr Warendorf (Treffen am Bulli) Abreise 28.04. abends ab Warendorf |
| weitere Infos | Kein Zwischenstopp |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | Spanische Meisterschaften Pool und Trainingslager |
| Ort | Madrid |
| Land | Spanien |
| geplanter Zeitraum | 29.04.-05.05.2019 |
| Inhalt | Internationaler Pool Wettkampf mit Finals |
| Teilnehmer | Alle Kader |
| Versorgung | Selbst organisiert |
| Betreuung | Kai Schirmer |
| weitere Trainer | - |
| Kosten | Selbst organisiert und bezahlt |
| Gruppengröße | - |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Selbst organisiert |
| weitere Infos | Trainingslager: Wasserzeiten von der Bundesebene organisiert und bezahlt. Anmeldungen, Hotel- und Reisekosten müssen von den Sportlern selbst organisiert und bezahlt werden. |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Talentsichtung 2018 Trainingslager |
| Ort | Warendorf - Sportschule |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 6.-11.5.05.2019 |
| Inhalt | Pool und Ocean Trainingslager |
| Teilnehmer | Die Besten der Pool und Ocean Sichtung 2018 (AK 10-12) |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Montag Abendessen bis Samstag Mittagessen |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | 2 Freiwillige des Trainerteams bzw. Heimtrainer/ Landestrainer |
| Kosten | Keine |
| Gruppengröße | 18 Sportler: Ellen Honeck, Emelie Willumeit, Emma Stern, Friedrich Thamm, Gesa Brandstrup, Jette Kuhrmann, Julian Mucha, Kaya Geßner, Lina Quack, Leni Wollanky, Mara Treder, Mika Barthel, Paul Grindel, Per Lucas Odrich, Robin Schmuck, Talea Pätzold, Thilo Brockmeyer, Thore Kother |
| Anmeldeschluss | - |
| An-Abreise | Anreise 06.05. um 13.00 Uhr Warendorf im Bundestrainer Büro (Geb. 4) Abreise 11.05. um 13.00 Uhr Warendorf |
| weitere Infos | Trainer sind herzlich willkommen. (Reise, Verpflegung und Übernachtung müssen selbst organisiert u.bezahlt werden. POOL: mit SpBw Wasserzeiten OCEAN: Feldmarksee und Emssee BEACH: Leichtathletikhalle und Feldmarksee Bitte informiert uns ggf. über benötigte Boards |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | Filcow Cup |
| Ort | Ostende |
| Land | Belgien |
| geplanter Zeitraum | 05.-07.07.2019 |
| Inhalt | Internationaler Ocean Wettkampf |
| Teilnehmer | Alle Kader |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Freitag Abendessen bis Sonntag Mittagessen |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | - |
| Kosten | Keine |
| Gruppengröße | 8 Athleten (4 männlich, 4 weiblich) (+ 1 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 (inkl. Streckenwunsch, Meldezeiten, Staffelposition, benötigtes BK Material) per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise: 05.07. 09.00 Uhr Warendorf (Treffen am Bulli) Abreise 07.07. abends Warendorf |
| weitere Infos | Eventuelles privates Material muss Freitagvormittag um 08:00 aufgeladen werden. Oder nach Rücksprache mit Elena. Kein Zwischenstopp |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | EM / JEM Vorbereitung |
| Ort | Warnemünde / Rostock |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 21.-27.07.2019 |
| Inhalt | Pool / Ocean / Beach / Gym |
| Teilnehmer | EM und JEM Nationalmannschaft (+ Ersatzkandidaten) |
| Versorgung | Vollverpflegung ab Sonntag Mittagessen bis Samstag Frühstück |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | 3 Freiwillige des Trainerteams bzw. Heimtrainer/ Landestrainer |
| Kosten | keine |
| Gruppengröße | 32 Sportler (+ 4 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | - |
| An-Abreise | Anreise 21.7. 11.00 Uhr Unterkunft (Warnemünde / Rostock) Abreise 27.7. 11.00 Uhr Unterkunft (Warnemünde / Rostock) |
| weitere Infos | PFLICHT für die EM und JEM Nationalmannschaft (+ Ersatzkandidaten). Keine eigenen Pläne im Pool, Ocean oder Strand. Eigene Pläne im Kraftraum. |

| | |
|--------------------|---|
| Maßnahme | OceanPerf Challenge + Open d'Hossegor + Trainingslager |
| Ort | Capbreton |
| Land | Frankreich |
| geplanter Zeitraum | 14.-26.08.2019 |
| Inhalt | Internationaler Ocean Wettkampf + Ocean Trainingslager |
| Teilnehmer | Alle Kader |
| Versorgung | Vollverpflegung ab 14.08. Abendessen bis 26.08. Frühstück |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Flora Manciet + ein Freiwilliger des Trainerteams bzw. Heimtrainer / Landestrainer oder KaRi |
| Kosten | Eigenanteil: A Kader: 100€/ Sportler B Kader: 150€/ Sportler C Kader: 200€/ Sportler |
| Gruppengröße | 16 Sportler (+ 2 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | 10.01.2019 per Mail (inkl. Streckenwunsch, Staffelposition, benötigtes Material) an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | ANREISE 14.08. nach Warendorf. Abfahrt um 06:00 SportSBw, Warendorf. Zwischenstopp: gegen 12:00 Uhr in Gare de Peage de Hordain A2, 59141 Thun-l'Évêque, Frankreich. Übernachtung in der Nähe von Tours. Am 15.08. Nachmittag Ankunft in Capbreton. ABREISE 26.08. nach Warendorf. Zwischenstopp mit Übernachtung vor Cambrai am 25.08. Zwischenstopp am 26.08. am E40 Autoroute A3 Liege-Aachen, 4731 Raeren, Belgien gegen 10:00 Uhr. Bitte gebt Bescheid, wenn ihr an dem Zwischenstopp ein/aussteigen möchtet |
| weitere Infos | Eventuelles privates Material muss am Samstag 10. oder Sonntag 11.08. oder am Dienstag 13.08. aufgeladen werden. Bitte mit Elena einen Termin vereinbaren. |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | Europameisterschaften |
| Ort | Riccione |
| Land | Italien |
| geplanter Zeitraum | 15.-25.09.2019 (WK Tage 20-24/09/2019) |
| Inhalt | Europameisterschaft (Ocean& Pool) |
| Teilnehmer | Nominierte Athleten |
| Versorgung | Vollverpflegung ab 15. Abendessen bis 25. Frühstück |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Holger Friedrich, Kai Kirmer, Physio, 1 Freiwilliger des Trainerteams bzw. Heimtrainer / Landestrainer |
| Kosten | keine |
| Gruppengröße | 24 Sportler (+ 5 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | Nominierung mit dem Rundbrief am 04.06. (Open) und 02.07. (Junior) |
| An-Abreise | Anreise, Flughafen 15.09., Flughafen, Datum und Uhrzeit noch offen Abreise, Flughafen 25.09., Flughafen, Datum und Uhrzeit noch offen |
| weitere Infos | Folgen mit dem Rundbrief zur Nominierung |

| | |
|--------------------|-----------------------------|
| Maßnahme | Landestrainertreffen |
| Ort | Bad Nenndorf |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 16.-17.11.2019 |
| weitere Infos | s. Rundbriefe |

| | |
|--------------------|---|
| aßnahme | Int. Deutschland Pokal |
| Ort | Warendorf |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 21.-24.11.2019 |
| Inhalt | Internationaler Pool Wettkampf |
| Teilnehmer | Nominierte Athleten |
| Versorgung | Vollverpflegung ab 21.11. Abendessen bis 24.11. Frühstück |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | Holger Friedrich, Kai Schirmer, 1 Freiwilliger des Trainerteams bzw. Heimtrainer/ Landestrainer |
| Kosten | - |
| Gruppengröße | 10 Sportler (+ 4 Betreuer) |
| Anmeldeschluss | Nominierung mit dem Rundbrief am 24.09. |
| An-Abreise | Anreise: 21.11. um 15:00 Uhr Warendorf Abreise 24.11. nach dem Frühstück Warendorf |
| weitere Infos | - |

| | |
|--------------------|--|
| Maßnahme | Training Probe SpBw |
| Ort | Warendorf - Sportschule |
| Land | Deutschland |
| geplanter Zeitraum | 09.-14.12.2019 |
| Inhalt | Eine Woche Training und Test in Waf. Montag-Vormittag Anreise u. Anmeldung im GeZi (Geb.4). 13:30/18.30 Treffen im Pool; Gespräch, Wasser Einheit, Kraftraum. Dienstag – 07:30/10:30 und 15:30/18:30 Pool. Mittwoch - 07:30/11:30 Pool und Gym; 15:30/18:30 Pool. Donnerstag – ca. 09:30/11:30 Ocean/Laufen/Rad; 15:30/18:30 Pool. Freitag - 07:30/11:30 Pool und Gym; 13:45/16:30 Pool. Samstag – ca. 09:00/10:00 Gespräch; 14.00/16.00 Pool. |
| Teilnehmer | Kandidaten für die Sportfördergruppe (01.11.2020) |
| Versorgung | Verpflegung:ab Montag (Mittagessen)bis Samstag (ME) (Montag bis Freitagmittag in der Kantine; Freitagabend bis Samstagmittag selbstständig in der eigenen Küche Übernachtung in der Sportschule |
| Betreuung | Elena Prella |
| weitere Trainer | - |
| Kosten | keine |
| Gruppengröße | - |
| Anmeldeschluss | 20.10.2019 per Mail an: rettungssport@bgst.dlrg.de |
| An-Abreise | Anreise 09.12. ab 07.30 Uhr (Anmeldung im Gezi) Abreise 14.12. nach 16.00 Uhr |
| weitere Infos | Trainer sind herzlich willkommen (Reise, Verpflegung und Übernachtung sollen selbst organisiert/bezahlt werden). |

Besuch von weiteren Wettkämpfen außerhalb des Angebots der DLRG Bundesebene:

Alle Kosten müssen selbst getragen werden und die Organisation (Reise, Anmeldungen, Hotel, Verpflegung) eigenständig erfolgen, aber die Bundeskaderathleten können nach Absprache den Bulli (und Trailer) benutzen und eventuell die Betreuung eines Trainers/einer Trainerin aus dem Trainerteam erhalten.

Mögliche Wettkämpfe sind: Festival d’Hossegor (05. Mai); Großbritannien- und Frankreich-Ocean Meisterschaften (September); Rescue 13 (26.-27. Oktober); Orange Cup (Dezember).

Nominierungen

Nominierung Europameisterschaften 2019

Offenes Team (mindestens 16 Jahre alt) (am oder vor dem 31.12.2019)
12 Sportler (6 weibliche, 6 männliche) - Nominierung per Rundbrief am 04.06.2019

Pool:

| | Weiblich | männlich |
|------------------------------|----------|----------|
| 50m manikin carry | 0:34,71 | 0:29,42 |
| 100m manikin carry with fins | 0:52,40 | 0:45,22 |
| 100m manikin tow with fins | 0:58,76 | 0:50,77 |
| 100m rescue medley | 1:10,21 | 1:00,08 |
| 200m Superlifesaver | 2:22,51 | 2:08,30 |
| 200m obstacle | 2:06,24 | 1:55,27 |

Tabelle: Der schnellste aller zweiten Plätze der WM 18 (Nationals und Interclub).

Automatisch qualifiziert ist der schnellste, der im A-Finale bei den Deutsche Einzelstrecken Meisterschaften die vorgegebenen Zeiten in zwei (2) Disziplinen erreicht.

Das Finale bei den Deutsche Einzelstrecken Meisterschaften hat die stärkste Gewichtung aller Pool Wettkämpfe.

Die Langbahn-elektronische Zeiten der Saison werden berücksichtigt.

Ocean:

Als Nominierungsgrundlage für die Oceandisziplinen werden die Ergebnisse beim RipCurlRescue (01.-02.06.2019) genommen.

Als erfolgreiche Athleten gelten die besten deutschen Athleten in jeder Disziplin.

Die bestplatzierten deutschen Athleten pro Geschlecht in jedem Einzelfinale können ihre Fahrtkosten für diesen Wettkampf geltend machen. Eine Doppelberechnung bei mehr als einer Platzierung ist nicht möglich.

Nominierung Junioren Europameisterschaften 2019

Junioren Team (15, 16, 17, 18 Jahre alt) (am oder vor dem 31.12.2019)
12 Sportler (6 weibliche, 6 männliche) - Nominierung per Rundbrief am 02.07.2019

Pool:

| | Weiblich | männlich |
|-----------------------------|----------|----------|
| 50m manikin carry | 0:36,86 | 0:31,09 |
| 100m manikin carry withfins | 0:54,48 | 0:48,18 |
| 100m manikintowwithfins | 1:02,89 | 0:54,59 |
| 100m rescuemedley | 1:15,60 | 1:03,41 |
| 200m Superlifesaver | 2:32,39 | 2:15,84 |
| 200m obstacle | 2:08,94 | 1:57,17 |

Tabelle: Der schnellste aller zweiten Plätze, JEM 18, JWM 18 (Nationals und Interclub).

Automatisch qualifiziert ist der schnellste, der im Finale (oder wenn niemand ins Finale kommt, im Vorlauf) bei den Deutsche Einzelstrecken Meisterschaften die vorgegebenen Zeiten in zwei (2) Disziplinen erreicht.

Das Finale bei den Deutsche Einzelstrecken Meisterschaften hat die stärkste Gewichtung aller Pool Wettkämpfe.

Die Langbahn-elektronische Zeiten des JRP (als zweites Gewicht) und der Saison (dritte in der Reihenfolge) werden berücksichtigt.

Ocean:

Der wichtigste Wettkampf für eine Nominierung ist der Junioren Rettungspokal.

Andere Wettkämpfe (wie z.B. RipCurlRescue, Festival d'Hossegor, Trophy 1) können auch zur Nominierung herangezogen werden.

Nominierung Int. Deutschland Pokal 2019

Offenes Team (mindestens 16 Jahre alt) (am oder vor dem 31.12.2019)

10 Sportler (5 weibliche, 5 männliche) - Nominierung per Rundbrief am 24.09.2019

Die Zeiten auf der langen Bahn mit elektronischer Zeitnahme im Laufe der Saison werden für die Nominierung berücksichtigt.

Kaderkriterien 2020

Die Bundeskaderkriterien für das Jahr 2020 haben sich leicht verändert. Eine Übersicht über die Kadernormen findet ihr im Anhang.

Grundlage sind nun die Weltrekorde in den Disziplinen, die prozentual berechnet, die jeweilige Kadernorm ergeben:

- + 2,5% WR = A Kader;

- + 10% = B Kader;

- + 15% = C Kader;

- + 15% Y WR = D/C Kader

Erklärung der Normzeiten:

- 50m Bahn mit elektronischer Zeitnahme;

- 50m Bahn mit manueller Zeitnahme (-0,20 sec);

Auch im Oceanbereich sind die Kriterien geändert worden, um den Pool Kriterien ähnlicher zu werden und die Spezialisierung der älteren Athleten zu fördern, ohne die breite Ausbildung der jüngeren Athleten zu gefährden.

- DLRG Cup Einzel jede Strecke

- JRP Mehrkampfwertung Einzel Ocean (beste 3 Strecken)

Die Sichtungen (Pool und Ocean) sind nicht mehr als Wettkampf zur Erbringung einzelner Kadernormen gültig. Beide Sichtungen werden bis zur AK 14 durchgeführt (ab AK 10), die besten Athleten der AK10-12 werden zu einem TL eingeladen, die besten Athleten der AK 13-14 werden einen Pool oder Ocean Wettkampf im Ausland machen. Außerdem werden die 14-jährigen Athleten die Chance bekommen, beim JRP zu starten.

NADA (Nationale Anti-Doping Agentur) Testpool

Zur Organisation der Dopingkontrollen werden Athleten aus verschiedenen Sportarten und Kadern in verschiedene Testpools eingeteilt. **Die Meldung bei der NADA gilt immer vom 1.4. bis 31.3. des Folgejahres.** Solltet ihr daher zum Ende des Jahres den Kader verlassen, so seid ihr trotzdem noch drei weitere Monate im Doping-Testpool.

Die NADA bestimmt die jeweilige Zuordnung der Athleten:

RTP (Registered Testing Pool)

Hier sind Athleten zugeordnet, die einem internationalen Registered Testing Pool angehören (iRTP). Beim Rettungsschwimmen sind das zwei Personen pro Nation. Diese werden in den kommenden Tagen von den Aktivensprechern ausgelost. Hier ist eine Quartalsmeldung im ADAMS-System incl. der Ein-Stunden-Regelung zwingend erforderlich. Das ADAMS Programm gibt es auch als App für Smartphones.

NTP (Nationaler Testpool)

Die A-Kader Athleten/-innen der DLRG gehören bei der Nationalen Antidoping Agentur zum NTP Testpool (National Test Pool). Eure Verpflichtung ist es, über das ADAMS System, bei dem ihr euch jederzeit einloggen könnt, euren täglichen Aufenthalts- und Trainingsort anzugeben (als App verfügbar).

ATP (Allgemeiner Testpool)

Hier sind alle B-, C- und D/C Kaderathleten der DLRG zugeordnet. Diese sind gegenüber der NADA verpflichtet, die Kontaktdaten und die Anschrift des Ortes, an dem sich der Athlet gewöhnlich aufhält, einzureichen. Des Weiteren müsst ihr für jedes Quartal pünktlich zu den folgenden Terminen: 25. März, 25. Juni, 25. September und 25. Dezember einen Quartals-Rahmen-Trainingsplan (s. https://www.nada.de/fileadmin/user_upload/140128_Athleten-Meldeformular.pdf) einreichen.

Ihr könnt jederzeit unangemeldet kontrolliert werden. Wenn ihr daher länger als vier Wochen nicht an eurer angegebenen Adresse zu erreichen seid, bspw. durch ein längeres Trainingslager, müsst ihr der NADA die Adresse mitteilen, unter der ihr im genannten Zeitraum zu erreichen seid. Bitte gebt Adressänderungen oder abweichende Aufenthalte von länger als vier Wochen auch per Mail unter rettungssport@bgst.dlr.de an.

RECHTE UND PFLICHTEN

Um einen kurzen Überblick über die Rechte und Pflichten bei der Durchführung der Dopingkontrolle zu geben, hat die NADA folgende Stichpunkte für Athleten zusammengestellt. Ausführliche Informationen zur Durchführung einer Dopingkontrolle findet ihr in der Broschüre „Ich werde kontrolliert“ und im Dopingkontrollfilm. Weitere rechtliche Hinweise findet ihr im NADA-Code und im Standard für Dopingkontrollen. Bitte beachtet auch das Informationsblatt für Dopingkontrollen bei minderjährigen Athleten (www.nada.de)

Der Athlet hat das Recht,

- eine Vertrauensperson zur Dopingkontrolle mitzunehmen;
- bei Urinproben auf einen Kontrolleur des gleichen Geschlechts zu bestehen (in Deutschland);
- sich den Ausweis des Kontrolleurs zeigen zu lassen;
- im Rahmen der Möglichkeiten vor Ort auf einen Ort der Abnahme zu bestehen, an dem die notwendige Diskretion und die Korrektheit der Abnahme gewährleistet ist;
- dass bei unter 16-Jährigen die Sichtkontrolle entfällt;
- Vorbehalte gegenüber der Durchführung der Kontrolle auf dem Protokoll der Dopingkontrolle niederzuschreiben;
- bei unangemeldetem Eintreffen des Kontrolleurs das Training zu beenden, wenn sich dies in verhältnismäßigem Rahmen bewegt;
- im Falle einer positiven A-Probe eine Untersuchung der B-Probe zu verlangen;
- im Falle einer positiven A-Probe mit einem Vertrauten seiner Wahl bei der Analyse der B-Probe anwesend zu sein;
- im Falle eines Verfahrens rechtliches Gehör vor dem zuständigen Verbands- oder Schiedsgericht in Anspruch zu nehmen;
- im Falle eines Verfahrens einen Rechtsbeistand und/ oder einen Dolmetscher hinzuzuziehen.

Der Athlet hat die Pflicht,

- die Dopingkontrolle nach entsprechender Aufforderung zu absolvieren – bei Verweigerung oder Unterlassung einer Kontrolle schreiben die Regelwerke eine Regelsperre von zwei Jahren vor;
- die Meldepflichten einzuhalten – Ein-Stunden-Regelung sowie die Abgabe und Pflege der Whereabouts bei Zugehörigkeit zum Registered Testing Pool (RTP) sowie Abgabe und Pflege der Whereabouts bei Zugehörigkeit zum Nationalen Testpool (NTP);
- bei Zugehörigkeit zum Allgemeinen Testpool (ATP) Adresse mit Telefonnummer, Adressänderungen sowie das Athleten-Meldeformular der NADA mitzuteilen;
- das Karriereende der NADA und dem Verband schriftlich anzuzeigen;
- die notwendigen Voraussetzungen zu erfüllen, wenn er nach dem Karriereende wieder in den Leistungssport zurückkehren will;
- sich gegenüber dem Dopingkontrolleur auszuweisen;
- die in den letzten sieben Tagen eingenommenen Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel auf dem Protokoll der Dopingkontrolle anzugeben
- sich einer zweiten Probe zu unterziehen, sofern bei der Bestimmung der Urindichte Grenzwerte unterschritten werden oder der Kontrolleur aus anderen Gründen eine zweite Probe anordnet;
- bei der notwendigen Einnahme von Medikamenten mit verbotenen Substanzen zur Behandlung rechtzeitig eine Ausnahmegenehmigung zu beantragen.

Hierzu gibt es eine Homepage, auf der man selbstständig die Wirkung und damit verbunden das Verbot von Medikamenten, überprüfen kann: <http://www.nada.de/de/medizin/nadamed>

Umfassende Informationen erhaltet ihr unter www.nada.de

Mit dem Eintritt in den Bundeskader verpflichtet sich jeder Rettungsschwimmer zur Einhaltung der Anti-Doping-Bestimmungen, festgelegt durch die Regelwerke der Nationalen Anti-Doping-Agentur, der DLRG, der ILSE und ILS. Diese Verpflichtung wird durch das Unterzeichnen der Sportlererklärung dargestellt. Sollte diese verweigert werden, so kann dem Rettungsschwimmer/der Rettungsschwimmerin der Kaderstatus durch die Leitung Einsatz entzogen werden. Bitte sendet die Dokumente daher bis zum 11. Januar 2019 zurück.

Des Weiteren möchten wir euch daran erinnern, dass ihr eure NADA Quartalsmeldungen bitte immer rechtzeitig verschickt, bzw. aktualisiert.

Die Kaderliste wird bei der NADA immer zum 31. März / 1. April des Jahres aktualisiert. Alle Sportler und Sportlerinnen sind also vom 1.4. bis 31.3. des Folgejahres im NADA Testpoolsystem. Ein vorzeitiges Entlassen, wenn bspw. der Kaderstatus zum Jahresende geändert wird, ist nicht möglich.

Ihr selbst könnt euch auch im Kampf gegen Doping engagieren. Das International Doping Tests & Management (IDTM) ist ein unabhängiger Dienstleister, spezialisiert auf Dopingkontrollen. Die Kontrolleure brauchen bei Wettkampfkontrollen oft Unterstützung von **Chaperons**, welche ihnen helfen, die Athleten aufzufinden und in die Dopingkontrollstationen zu bringen. Um hier aktiv zu werden, müsst ihr zwischen 18 und 70 Jahre alt sein. Alle Chaperons werden von Kontrolleuren geschult. Chaperons erhalten eine Aufwandsentschädigung für Verpflegung und lokale Reisekosten. Interessenten melden sich bitte unter rettungssport@bgst.dlrg.de.

Der Bundestag hat im Nov.2015 ein neues **Anti-Doping-Gesetz** beschlossen. Mit diesem Gesetz sind künftig unter anderem das Selbstdoping und der Besitz entsprechender Substanzen verboten. Dafür können Freiheitsstrafen von bis zu drei Jahren verhängt werden. Das Anti-Doping-Gesetz gilt für alle A- bis D/C Kader-Sportler ab dem strafmündigen Alter von 14 Jahren. Nachzulesen ist das Gesetz unter: <http://www.gesetze-im-internet.de/bundesrecht/antidopg/gesamt.pdf>

Sportfördergruppe der Bundeswehr

In der Sportfördergruppe stehen uns aktuell fünf bis sieben Spitzensportplätze zur Verfügung. Diese Athleten wohnen in Warendorf und trainieren dort täglich etwa sechs Stunden (2 x 2 Std. Schwimmtraining und 1 x 2 Std. Krafttraining/Stabilisationstraining). Der nächste geplante Wechsel in der Besetzung der Plätze ist der **1.11.2019**. Hier sind dann sowohl Verlängerungen der aktuellen Soldaten, wie auch Neuaufnahmen möglich. Eine Neuaufnahme ist für mindestens 12 Monate möglich.

Interessierte Sportler und Sportlerinnen melden sich bitte ausschließlich unter rettungssport@bgst.dlrg.de bis zum **28.2.2019**. Ausschlaggebend für eine Aufnahme in die SpoFö sind sowohl die Ergebnisse der letzten 24 Monate, als auch die mögliche Perspektive für eine persönliche Entwicklung und internationale Erfolge. Die endgültige Entscheidung über unsere Anträge fällt der DOSB in Absprache mit dem Streitkräftenamt der Bundeswehr.

Der Trainingsort für alle Sportfördergruppenathleten muss ein Bundesleistungszentrum oder ein Bundesstützpunkt des Spitzenverbandes sein. In unserem Fall ist das das BLZ Warendorf. Auch ehemalige Sportfördergruppensportler können ihr Interesse zum Wiedereinstieg bekunden. Um nach dem freiwilligen Wehrdienst als Zeitsoldat wieder eingestellt zu werden, muss die Sportlerin oder der Sportler in der Nationalmannschaft innerhalb der letzten 12 Monate bei World Games, EM oder WM eine Einzelmedaille gewonnen haben. Des Weiteren sind bei einem Wiedereinstieg unter Umständen militärische Lehrgänge (z.B. Feldwebelanwärter Lehrgang) zu absolvieren.

Das Hauptaugenmerk der Sportfördergruppe liegt auf der Förderung der Nachwuchssportler/innen. Nur bei freien Plätzen ist eine Berücksichtigung von einer Wiedereinstellung möglich.

Teamkleidung

Die Teamkleidung wird durch die DLRG und Arena gestellt. Für den Umgang mit der Nationalmannschaftskleidung gelten folgende Regeln:

- Einkleidungsstücke der Nationalmannschaft dürfen ausschließlich auf Wettkämpfen getragen werden, an denen eine deutsche Nationalmannschaft teilnimmt (Deutschlandpokal, Welt-, Europameisterschaften, World Games, Jun. Europameisterschaften und Länderkämpfe).
- Sollte ein Rettungsschwimmer an einem entsprechenden Wettkampf nicht für die Nationalmannschaft nominiert sein, muss zur Identifikation der Mannschaft auf das Tragen von vorhandenen Einkleidungsstücken verzichtet werden.
- Bei Wettkämpfen, an denen keine eigenständige deutsche Nationalmannschaft teilnimmt (z.B. DLRG Trophy, DM) ist das Tragen von Nationalmannschaftskleidung nicht gestattet.
- Bei Nominierung für eine Nationalmannschaft werden einige, einheitliche Kleidungsstücke der aktuellen Kollektion zur Verfügung gestellt, welche der Rettungssportler zu tragen verpflichtet ist (um ein einheitliches Bild der Mannschaft zu gewährleisten). Ein Großteil der Kleidung wird euch geliehen und muss nach dem Wettkampf zurückgegeben werden, da leider das Lager der Einkleidung nicht unendlich groß ist. Solltet ihr Kleidungsstücke verlieren, müsst ihr die Kosten dafür tragen. Eventshirts können selbstverständlich behalten werden.
- Bei vorheriger Bekanntgabe müssen von den Rettungssportlern bei Nominierung für eine Nationalmannschaft vorhandene Einkleidungsstücke mitgebracht werden. Eine genaue Ansage erfolgt vor jeder Nominierung.
- Eine Ausnahme zum Tragen der Nationalmannschaftskleidung auf einer hier nicht benannten Veranstaltung ist zeitnah im Vorfeld dieser Veranstaltung mit dem/der Bundestrainer/-in und dem Bundesbeauftragten Rettungssport abzustimmen.
- Ab 2019 erhalten alle Bundeskaderathleten, die bei einem Wettkampf teilnehmen und den DLRG Bundesverband vertreten, folgende Einkleidungsstücke kostenfrei:
 - 1 T-Shirt
 - 1 kurze Hose
 - 1 Badekappe

Diese Einkleidungsstücke dürfen behalten und nach den o.g. Regeln benutzt werden. Alle Bundeskaderathleten können weitere Einkleidung käuflich erwerben

Sponsoring

Es gilt weiterhin der Präsidiumsbeschluss zum Thema Sponsoring. Solltet ihr in Zukunft eigene Sponsoren haben, so seid ihr verpflichtet, euch an die nun folgenden Regeln zu halten:

- Gewonnene Preisgelder/Sachpreise bei Wettkämpfen, die von der Bundesebene besucht werden, müssen ab einer Höhe von 50,- € pro Athlet / Athletin mit dem erhaltenen Zuschuss verrechnet werden.
- Sponsoring von Trainingsunterstützung (Finanzunterstützung) muss ab einer jährlichen Höhe von 500,- € pro Athlet von Nicht-Familienmitgliedern ersten und zweiten Grades sowie bei Materialspenden ab 1500,- € pro Athlet von Nicht-Familienmitgliedern ersten und zweiten Grades mit der Bundesebene (Sponsorbeauftragter) abgesprochen werden (z.B. Bereitstellung eines Autos, Bereitstellung Wettkampfmateriale).
- Beim Auftreten als Nationalmannschaftsmitglied muss die Nationalmannschaftskleidung und Materialausstattung von eigenen Sponsoren frei bleiben. Dies gilt für den gesamten Zeitraum der Veranstaltung.
- Persönliche Kleidung und Trainingsmaterial außerhalb eines Einsatzes als Mitglied der Nationalmannschaft kann individuell gestaltet / gesponsert sein. Hierbei sind die CD/CI Vorlagen der DLRG zu beachten (Download unter www.dlrg.de/fuermitglieder/verbandskommunikation)

Fahrtkostenerstattung

Bitte wählt immer die günstigste Anreise zu Lehrgängen und Trainingslagern des Bundeskaders. Die Reisekosten werden nur noch **bis maximal der Höhe des Sparpreises 2. Klasse der Deutschen Bahn** bezahlt. Höhere Kosten müssen von euch selbst getragen werden. Des Weiteren wird nur eure Fahrt von eurem angegebenen Erstwohnsitz bezahlt. Solltet ihr zum Beispiel von eurem Studienort oder von einer anderen Veranstaltung anreisen, müsst ihr dies **vorher** anfragen und begründen, soweit das nicht als Erstadresse bei uns angegeben ist.

Bitte erkundigt euch bei der Deutschen Bahn, ob eine **Bahncard** für eure Teilnahmen an Bundeskadermaßnahmen und für eure persönliche Nutzung geeignet ist. Die Deutsche Bahn bietet hier verschiedene Möglichkeiten an: Bahncard 25 mit Sparpreisen kombinierbar / Probekarten (3 Monate gültig) uvm. Für jede Fahrt zur Maßnahme wird euch die maximale Erstattungshöhe ausbezahlt, bis zur kompletten Erstattung der Bahncard Kosten. PKW Fahrtkosten werden nur noch bei Materialtransport und/oder Fahrgemeinschaften erstattet. Solltet ihr mit euren Interclub Teams zu einer Veranstaltung fahren, auch wenn ihr dann für die Nationalmannschaft an den Start geht, werden die Fahrtkosten anteilig erstattet (je nach Anzahl der Mitfahrer).

Um eine schnellere und gewissenhafte Bearbeitung eurer Fahrtkostenerstattungen zu ermöglichen, bitten wir euch die Unterlagen (mit allen benötigten Angaben) spätestens 4 Wochen nach der Maßnahme in Bad Nenndorf einzureichen.

Fahrten mit DLRG Fahrzeugen

Bei einigen Trainingsmaßnahmen sind wir auf eure Mitarbeit beim Fahren von DLRG Fahrzeugen angewiesen, damit wir mit zahlreichen Athleten, z.B. an den internationalen Länderkämpfen, teilnehmen können. Bitte achtet jedoch bei jeder Fahrt auf die Verkehrsregeln. Verkehrswidrigkeiten (z.B. Geschwindigkeitsüberschreitung) gehen zu Lasten des Fahrers. Bitte denkt daran, dass ihr die Daten der Fahrten ins Fahrtenbuch des jeweiligen Fahrzeuges eintragt.

Versicherung privater Boards / Skis

Zurzeit geben es die Versicherungsbedingungen der DLRG nicht her, dass privates Sportmaterial über DLRG-Versicherungen mitversichert ist. Wir suchen weiterhin eine praktikable und preiswerte Lösung zur Versicherung von privatem Sportmaterial, welches ihr im Einsatz der Nationalmannschaft nutzt, neben der Möglichkeit, sein Material durch eine private Haftpflichtversicherung zu versichern.

Sportlererklärung und Verpflichtungserklärung

Es befinden sich eine Sportlererklärung und eine Verpflichtungserklärung im Anhang. Beide Dokumente sind unterschrieben bis zum 11. Januar 2019 an uns (rettungssport@bgst.dlrg.de) zurück zu senden. Erst dann ist die Aufnahme in den Bundeskader abgeschlossen. Die offizielle Kaderliste wird daher erst danach veröffentlicht.

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit / Nutzung soziale Medien

Erfreulicherweise waren bei vielen Wettkämpfen in diesem Jahr einige Pressevertreter (WDR, SWR, Zeitungsjournalisten) vor Ort. Jeder Bericht in den Medien fördert den Bekanntheitsgrad unseres Sports und ist deshalb sehr wichtig. Solltet ihr die Möglichkeit haben, mit regionalen Vertretern zusammen zu arbeiten (z.B. Zeitungsinterviews), nutzt die Chance bitte.

Bei dem Umgang mit den sozialen Netzwerken (z.B. Facebook) bitten wir allerdings darum, dass ihr euch der Streuweite der persönlichen und privaten Informationen bewusst seid. Ihr als Kadersportler seid für viele DLRG Mitglieder Vorbilder und solltet auf ein seriöses Auftreten achten.

Bitte achtet bei dem Verfassen von Zeitungsartikeln oder Posts im Internet auch auf die richtigen Bezeichnungen. Bundeskadersportler seid ihr natürlich das ganze Jahr lang, für Länderkämpfe werdet ihr in eine Auswahlmannschaft nominiert und die Nationalmannschaft gibt es nur beim Saisonhöhepunkt und auch hier ist die Nominierung nur für den Wettkampf gültig.

Bundeskader

Für die endgültige Aufnahme in den Bundeskader müsst ihr die angehängten Dokumente fristgerecht zum **11.01.2019** zurücksenden:

- Sportlererklärung
- Verpflichtungserklärung
- Einkleidungstabelle

Alle Bundeskaderathleten sind Spitzensportler. Ihr habt einige Rechte und werdet durch die DLRG gefördert. Damit hängen aber auch Pflichten zusammen:

- Regelmäßiges gewissenhaftes Training und Vorbereitung auf die Höhepunkte
- Freihalten der Termine für die Höhepunkte inkl. der Vorbereitung
- Die Athletin/ der Athlet bzw. der Heimtrainer hat die Pflicht die Bundestrainerin unmittelbar bei Erkrankung/ Verletzung zu informieren
- Die Athletin/ der Athlet bzw. der Heimtrainer hat die Pflicht die Bundestrainerin unmittelbar bei Terminkollisionen in Schule/ Universität oder Arbeit zu informieren.

Allgemein gilt, dass die Nationalmannschaften (Open und Junioren Europameisterschaften; Deutschland Pokal) per Rundbrief zu den bekannten Daten nominiert werden. Der RB wird gleichzeitig an alle Bundeskaderathleten, Heimtrainer/innen und Landestrainer/innen geschickt. Der RB enthält alle organisatorischen Informationen die für den Wettkampf notwendig sind.

Nachwuchstraining in Warendorf

Mit dem Schuljahr 2019/2020 möchten wir ein Projekt in Warendorf starten.

Ziel ist es bis zu 8 Bundeskaderathleten (Pool Spezialisten und Schüler, die mindestens 15 Jahre alt sind) zu ermöglichen, im Bundesleistungszentrum Warendorf zu trainieren.

Im optimalen Fall sollten sie schon in der Nähe von Warendorf wohnen oder zusammen eine WG bewohnen.

Es soll eine Kontaktperson (Tutor) geben, die zwischen Schule, Sport und Wohnung vermittelt und bei alltäglichen Fragen zur Verfügung steht.

Der Trainingsumfang in Warendorf:

- 6 Pool Trainingseinheiten mit den Sportsoldaten in Waf am Abend/Nachmittag (Montag bis Samstag)
- 2 Krafraum Einheiten + 1 Core Einheit

Die Sportler bleiben im Projekt bis zum Abitur, aber nur, wenn sie:

- den Bundeskader Status haben
- mindesten 80% Wasser Einheiten mitmachen (80% von 6 Einheiten)
- mindestens 80% Dry Land Einheiten mitmachen (80% von 3 Einheiten)
- maximal ein Fach schlechter als ausreichend im Schulzeugnis haben.

Alle gesundheitlichen Probleme, die kein Training ermöglichen, müssen vom Arzt bestätigt werden.

Nach dem Abitur werden die Sportler/innen dieses Nachwuchs Projekt verlassen.

Sonstiges

Das Bundesleistungszentrum der DLRG ist Durchführungsort der meisten Maßnahmen des Bundeskaders. Außerdem starten dort die meisten der weiter entfernten Maßnahmen. Die DLRG ist Gast in der Sportschule der Bundeswehr, der Georg Leber Kaserne. Bitte verhaltet euch dementsprechend, wenn ihr in der Bundeswehrrkaserne seid.

Für die Planung der Maßnahmen bedeutet es, dass wir nicht selbstverständlich Unterkunftsmöglichkeiten zur Verfügung stellen können. Auch diese müssen mit einem Vorlauf geplant und bei der Bundeswehr beantragt werden.

Ab 2018 können Bundeskadermitglieder neben den Maßnahmen des Bundesleistungszentrums auch an Stützpunktmaßnahmen des Bundesstützpunktes in Sachsen-Anhalt teilnehmen. Ein entsprechender Maßnahmenplan wird Anfang 2019 veröffentlicht.

Die Bundestrainerin steht, abhängig von freien Zeitressourcen, zur Verfügung, um in den Landesverbänden an Lehrgängen mit jungen Athleten oder besonderen Projekten teilzunehmen, welche speziell der Nachwuchsförderung dienen.

Interessierte Landesverbände können sich über die bekannten Kontaktdaten melden.

Wenn ihr eine zusätzliche Übernachtung braucht (wegen Abfahrt früh am Morgen oder Ankunft spät in der Nacht), bitte selbst kümmern.

Die jeweiligen Maßnahmen (Wettkämpfe, Lehrgänge und Trainingslager) beginnen und enden am angegebenen Ort zu den angegebenen Zeiten. Bitte berücksichtigt dies bei der Anmeldung der Maßnahmen.

In der Saison 2019 ist der Meldeschluss für nahezu alle Maßnahmen auf den 10.01.2019 terminiert. Abweichungen davon sind jeweils angegeben.

Die Nominierung (und die Ersatzkandidaten) für die Maßnahmen werden am 16.01.2019 veröffentlicht (außer EM, JEM und DP Nominierung).

So können alle Sportler/innen mit ihren Trainern die Saison schon zu Beginn des Jahres ordnungsgemäß planen. Der Meldeschluss ist in der Jahresübersicht bei jeder Maßnahme nochmal aufgeführt.

Bitte beachten!

Kontaktpersonen:

| | |
|-------------------------------------|---|
| Stellv. Leiter Einsatz: | Carsten Schlepphorst Carsten.Schlepphorst@dlrg.de |
| Bundesbeauftragter Rettungssport: | Holger Friedrich Holger.Friedrich@dlrg.de |
| Bundestrainerin: | Elena Prella Elena.Prella@bgst.dlrg.de 0172-3023055 |
| Assistenz Bundestrainer: | Kai Schirmer Kai.Schirmer@bgst.dlrg.de 0172-7656558 |
| Referentin Leistungssport: | Hedwig Flint 05723-955422 |
| Bundesgeschäftsstelle Bad Nenndorf: | DLRG Rettungssport, Referat 2 Im Niedernfeld 1-3 31542 Bad Nenndorf rettungssport@bgst.dlrg.de |