



Rudergemeinschaft Rotation Berlin e.V.

Bewerbung für den „4. Zukunftspreis des Bezirksamtes Treptow-Köpenick“
Förderung von Frauen und Mädchen im Sport insbesondere in ehrenamtliche Führungspositionen



Bewerbung für den „4. Zukunftspreis des Bezirksamtes Treptow-Köpenick“

Förderung von Frauen und Mädchen im Sport insbesondere in ehrenamtliche Führungspositionen

Unsere Herzensangelegenheit, die Förderung von Frauen und Mädchen im Sport, ging auch 2014 wieder in eine neue Runde. Kurz zum Status quo: durch gezielte Sichtungsaktivitäten und ein besonderes Augenmerk auf die Mitgliedergewinnung im Mädchenbereich sowie die Einführung einer Mini-Sportgruppe haben wir es geschafft, ein für Rudersportverhältnisse untypisches Gleichgewicht zwischen weiblichen und männlichen Mitgliedern in unserer Jugendabteilung zu etablieren. Dies wirkt sich auch positiv auf die gesamte Geschlechterverteilung in unserem Verein aus, welche für Rudersportverhältnisse ebenfalls sehr positiv in Bezug auf die weiblichen Vereinsmitglieder ist. Außerdem freuen wir uns, dass sich unsere engagierte Arbeit im Nachwuchsbereich auszahlt. Aktuell haben wir 65 Kinder und Jugendliche, was einen Zuwachs von etwa 20-25 % im Vergleich zu den letzten Jahren ausmacht. Beim Bundeswettbewerb 2014 (BW – die Deutschen Meisterschaft für Kinder) stellten wir mit 18 qualifizierten Kindern das stärkste Team der Berliner Mannschaft vor deutlich mitgliederstärkeren Vereinen als unserem. Unsere acht BW-Mädchen machten über 40 % aller Mädchen aus den Berliner Rudervereinen aus. Durch gezielte Maßnahmen des Vorstandes besteht unser Kreis des erweiterte Vorstands nun aus neun weiblichen und neun männlichen Ehrenamtlichen. Ein ausgewogenes Verhältnis, wo beide Interessensseiten optimal vertreten werden. Da Fortschritt Veränderung heißt, haben wir auch 2014 nicht die Bälle ruhen lassen. Folgende Maßnahmen zur Förderung von Frauen und Mädchen im Sport haben wir in diesem Jahr durchgeführt:

- // Service-Learning-Praktikantin
- // Erweiterung unserer Frauensportgruppe
- // Nachwuchssichtung bei den Trainerinnen
- // Kinderbetreuung des Rudernachwuchses



1. Service-Learning-Praktikantin

Unser Vereinsmitglied Mayra Pruss hat bei uns im Kindesalter das Rudern erlernt. Sie ist nun schon 14 Jahre alt und Schülerin der 7. Klasse der Grünauer Gemeinschaftsschule und absolviert im Rahmen des Projekts „Service Learning – Lernen durch Engagement“ in der 8. Klasse eine Art Praktikum über das gesamte Schuljahr verteilt. Mayra hatte im Frühjahr den Wunsch geäußert, ihr Praktikum bei uns im Verein zu absolvieren. Ihr Interesse fanden wir großartig und setzten uns gemeinsam mit dem Vorstand und Trainerkreis zusammen, um eine Realisierung des Projektes zu diskutieren. Schnell kamen wir zu dem Entschluss alles Mögliche in Bewegung zu setzen, um das Projekt in die Tat umzusetzen und Mayra das Lernen durch Engagement bei uns im Verein als Pilotprojekt anzubieten. Eine prima Möglichkeit um jungen und engagierten Menschen Einblicke in die Vereinsarbeit, Trainerarbeit, Organisation und Struktur unserer Rudergemeinschaft zu vermitteln.

Mayra erhält nun seit September bei uns Einblicke in die Ausbildung und Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen. Dafür ist sie in drei unserer Jugendgruppen (Minis, Anfänger und BW-Kids) für jeweils drei Monate aktiv. Dazu nimmt sie an zwei Hospitationen bei einem Berliner Landestrainer teil, um Einblicke in die Arbeiten eines hauptamtlichen Trainers zu bekommen. Neben dem Umgang mit jungen Menschen und den didaktischen Fähigkeiten, werden natürlich auch andere Komponenten vermittelt. Hierzu zählen Organisation, Strukturierung, Verantwortung und Planung von Übungsstunden, Regatten, Sichtungsveranstaltungen und Trainingslagern. Da wir von Kaffee kochen und Schreibkram erledigen nichts halten, haben wir einen individuellen Plan für das Service-Learning für das Schuljahr 2014/15 erstellt. Mayra nimmt alle zwei Wochen an einer normalen Übungseinheit als Nachwuchstrainerin teil und erhält zusätzlich die Möglichkeit an unterschiedlichen Veranstaltungen mitzuwirken, um einen möglichst vielseitigen Einblick zu bekommen und jede Menge zu lernen und Erfahrungen zu sammeln. Neben Hospitationen, Regattaorganisation, Teilnahme an Sichtungsveranstaltungen und Regatten wird hier die Teilnahme als Nachwuchstrainer an der Deutschen Meisterschaft für Kinder ein Höhepunkt für Mayra sein. Das Projekt ist bisher super angelaufen und für uns als Verein eine gute Möglichkeit, das Interesse bei jungen Menschen und damit Nachwuchs für die ehrenamtliche Arbeit vor allem im Bereich der Mädchen und Frauen zu gewinnen. Ein schönes Projekt, bei dem wir uns vorstellen könnten, auch 2015 wieder eine neue „Praktikantin“ bei uns einzustellen.



2. Erweiterung unserer Frauensportgruppe

Nach Karriere und vollendeter Familienplanung fällt vielen Frauen der Einstieg in das Ruderboot oft ein wenig schwer. Mit dem Boote zu Wasser lassen, dem Herausholen der Boote und der Bootspflege zählt Rudern zu einer eher zeitaufwendigen Sportart. Dies ist vor allem für Frauen mit Kindern nicht immer ohne weiteres zu bewältigen. Des Weiteren fehlt nach ein paar Jahren Abstinenz oft ein wenig Bootsgefühl, was den Wiedereinstieg ins Ruderboot oft erschwert. Leider haben wir aus diesen Gründen in den vergangenen Jahren viele weibliche Mitglieder verloren, was uns 2011 dazu bewegte eine Frauensportgruppe ins Leben zu rufen.

Unsere Mädels ab 50 halten sich einmal in der Woche fit durch Gymnastik, Yoga, Dehnung, Beweglichkeits- und Koordinationsübungen. Eine gute Mischung um den Alltagsstress zu vergessen und gemeinsam in Bewegung zu bleiben. Mittlerweile schon traditionell fahren unsere Frauen zum Frauentag an die Ostsee in ein kleines Trainingslager. Neben Bewegung an frischer Luft und Aquagymnastik gehört eine ausreichende Portion Wellness natürlich zum Programm. Radtouren und Wanderungen werden regelmäßig organisiert und durchgeführt. Dennoch beißen unserer Frauen nicht! Wie auf dem Bild zu sehen, sind auch unsere Ruderkameraden bei Ausflügen herzlich Willkommen.

Da mit teilweise 10-15 Teilnehmerinnen unsere Frauensportgruppe langsam aus den Nähten platzt, haben wir sie kurzer Hand erweitert und ein zusätzlicher Trainingstermin wurde angesetzt. Unsere Frauen haben sich altersgemäß aufgeteilt, um den individuellen Bedürfnissen entsprechend gemeinschaftlich Sport zu treiben. Einige treffen sich zusätzlich zu einer regelmäßigen Walkingrunde im Grünauer Forst. Kürzlich haben wir eine Physiotherapeutin organisiert, die eine Übungsstunde für unsere Frauen gegeben hat, um neue Übungen und Impulse für das Training mitzugeben. Eine Maßnahme, bei der sich auch unsere Jugendtrainer etwas für ihre Training mit unserem Nachwuchs anschauen konnten.



3. Nachwuchssichtung bei den Trainerinnen

Mit zwei Trainerinnen und sechs Trainern war unser Verhältnis im Betreuersteam bisher noch nicht ganz so ausgeglichen, wie wir uns es wünschten. Denn wenn unsere Kinder eine ausgewogenes Mädchen-Jungen-Verhältnis haben, soll das adäquat auch dem Trainerteam entsprechen. Gesagt, getan! Unsere aus dem Leistungssport ausgeschiedenen Sportler wurden kurzerhand zusammengetrommelt und haben einen Einblick in die Arbeit des Trainers und Fördermöglichkeiten von unseren Trainern und unserem Vorstand erhalten. Nach einigen Trainer-Schnupperstunden freuten wir uns sehr, drei neue Gesichter in unserem Betreuerstab zu begrüßen. Und besonders erfreulich für die Betreuung unserer Mädchen war, dass alle drei Trainerinnen sind.

Mit jetzt also insgesamt elf Trainerinnen, Trainern, Übungsleiterinnen und Übungsleitern haben wir ein gut aufgestelltes Team für die Betreuung unserer großen Kinder- und Jugendgruppe. Zwei werden jetzt bei unseren Anfängern und eine bei unseren Minis eingesetzt. Die Ausbildung unseres Trainernachwuchses wird von Vereinsseite gezielt gefördert mit Unterstützung beim Erwerb des Motorboot-Führerscheins, Schulungen und langfristig gesehen einer gezielten Trainerausbildung. Die Nachwuchssichtungen können also weitergehen – wir sind prima gewappnet!



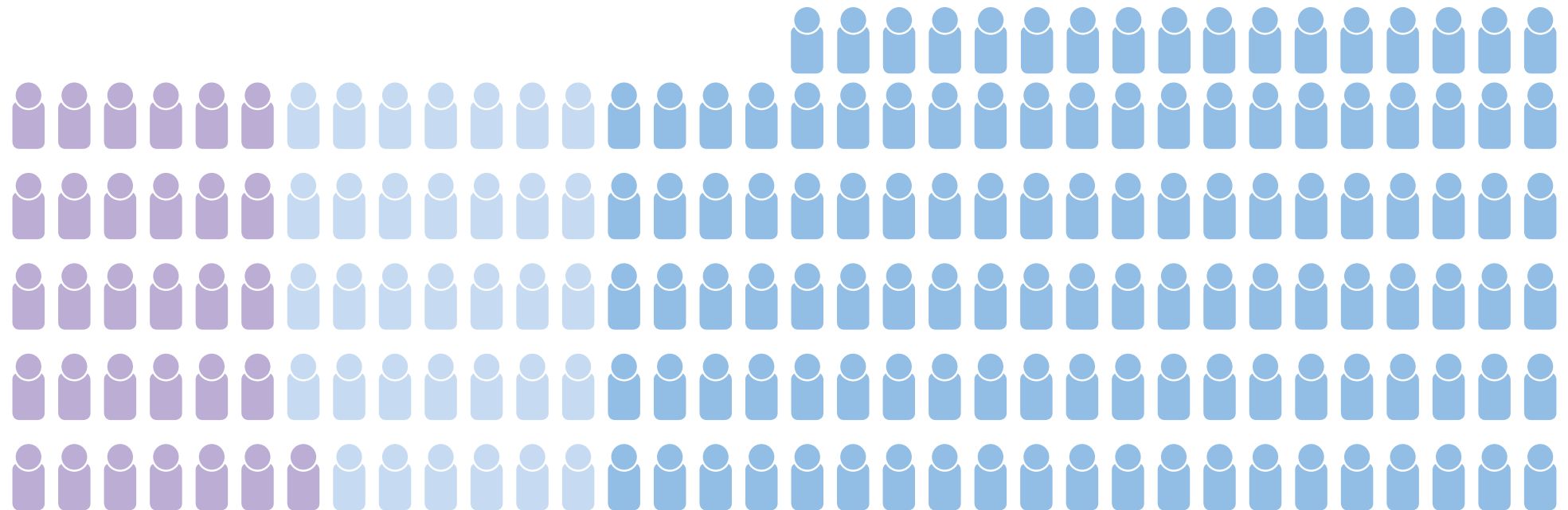
4. Kinderbetreuung des Rudernachwuchses

Wir freuen uns sehr, dass unsere Frauenbeauftragte, Ruderkameradin und Trainerin Anita Blumenau im Januar 2014 ein gesundes Mädchen zur Welt gebracht hat. Mit nun drei Kindern stand das Weiterführen ihres ehrenamtlichen Engagements in unserem Verein Anfang des Jahres verständlicherweise in Frage. Da Anita ihre Arbeit aber ausgezeichnet macht und sie selbst sie auch sehr gern macht, war dies für alle Beteiligten keine gute Lösung. Welche wir jedoch schnell fanden. Denn zwei unserer Ruderkameradinnen erklärten sich kurzer Hand bereit, die ein oder andere Stunde in der Woche mit Anitas Tochter eine Runder spazieren zu fahren. „So haben wir wenigstens gleich etwas Bewegung, ein wenig Abwechslung und du Zeit für deine ehrenamtliche Arbeit“, hieß es. Eine gute Lösung für alle. Die Kleine fühlte sich sichtlich pudelwohl bei der Fürsorge, Anita freute sich, dass sie vor allem die Arbeit mit den Kindern im Verein weitermachen konnte, unsere Kinder freuten sich, ihre Trainerin weiterhin in Anspruch nehmen zu können und unsere Frauen freuen sich über weiterhin großartige Interessenvertretung. So viel Solidarität ist wirklich erstaunlich, was wieder einmal den großen Gemeinschaftssinn in unserem Verein widerspiegelt.



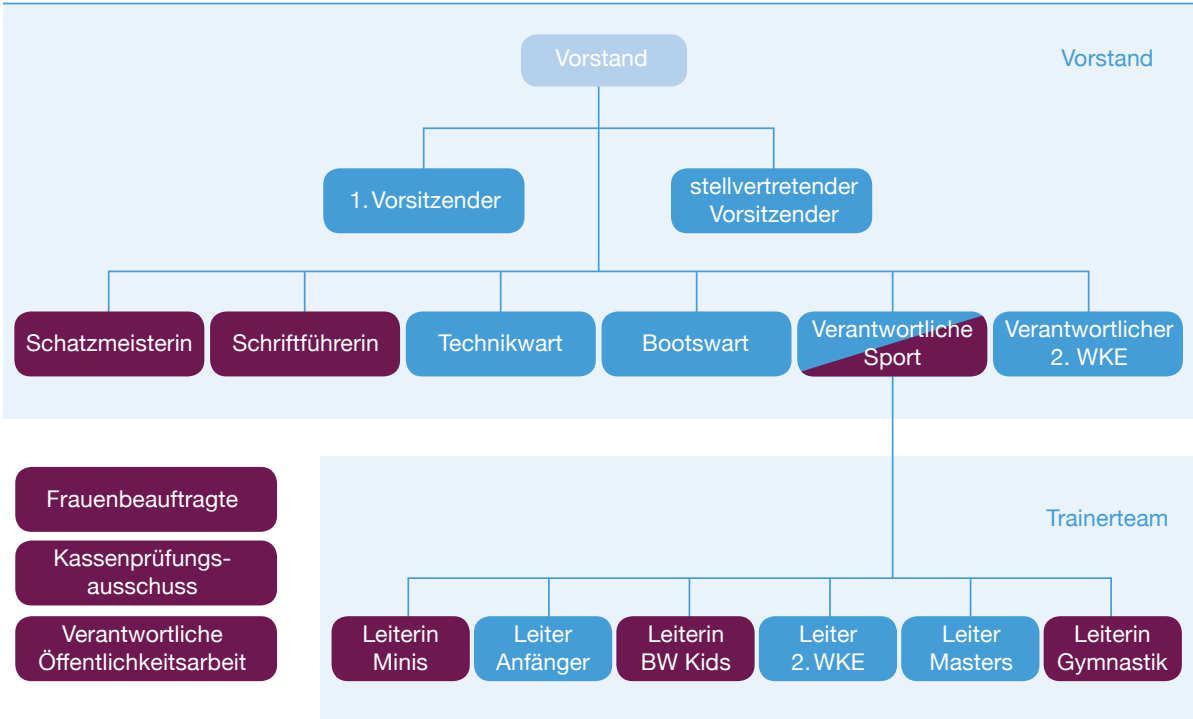
Aktuelle Mitgliederstruktur unserer Rudergemeinschaft

// 187 Mitglieder, davon sind 65 Kinder, wovon 31 Mädchen (lila) und 34 Jungen (hellblau) sind





Unser erweiterter Vorstandskreis



weiblich
 männlich



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!