



Rugby Verband Sachsen e.V.

Stahmelner Straße 218 * D - 04159 Leipzig

Tel: 0341/56 62 401 * Fax: 0341/56 62 402

Email: juergen.weber@svbuero-bau.de

Liebe Sportfreunde,

die Sächsische Rugby Akademie 07/08 findet vom Dezember 2007 bis Februar 2008 an insgesamt 5 Wochenenden auf dem Sportplatz des Rugby Club Leipzig statt.

Teilnehmer die in Leipzig übernachten möchten, können dazu die Sporthalle des RCL benutzen. Bitte Schlafsack nicht vergessen.

Die Kostenpauschale pro Teilnehmer/pro Wochenende beträgt 20 €
Darin enthalten 1x Frühstück (Sonntag), 2x Mittagessen (Samstag und Sonntag) und
1x Abendessen (Samstag)

Der Bundestrainer Peter Ianusevici leitet die Akademie.

Bei lückenloser Anwesenheit und Absolvierung der Prüfungen bekommen Sie Diplome des europäischen Verbandes FIRA-AER Level 2 sowie ein IRB-Level 1 Certificate. Mit dem FIRA AER Level 2 sind Sie berechtigt eine DRV C-Lizenz und eine Schiedsrichter D-Lizenz beantragen.

Anmeldungen richten Sie bitte per Mail an mich (jens.koehler@spd-online.de).
Folgende Daten werden benötigt: Name, Geburtsdatum, Adresse, Email.

Bitte beachten Sie, dass man erst ab 16 Jahren teilnehmen kann.

DIE ANMELDEFRIST ENDET AM 08.11.2007

Mit freundlichen Grüßen

Jens Köhler



Rugby Verband Sachsen e.V.

Stahmelner Straße 218 * D - 04159 Leipzig

Tel: 0341/56 62 401 * Fax: 0341/56 62 402

Email: juergen.weber@svbuero-bau.de

Rugby-Akademie Sachsen 2007/08 Lehrplan

Samstag, 15.12.2007	09.00 – 13.00h Vorstellung der Kursleitung , der Teilnehmer und der Ziele der Rugbyakademie Charakteristika des heutigen Rugbyspiels: Die Abwechslung zwischen Konfrontation und Ausweichtechniken Die spielorientierte Vermittlung (Theorie und Praxis) 14.30 – 18.00h Grundtechniken des Rugbyspiels: Passen und Annehmen, Kicken und Fangen, Tackeln (Theorie und Praxis) Konditionstraining: spezielle Aspekte Muskelaufbautraining, Maximalkraft, Schnellkraft, Grundaussdauer, Schnelligkeitsausdauer – Methodische Anweisungen, Übungsbeispiele, Trainingspläne (Teil 1)
Sonntag 16.12.2007	09.00 – 13.00h Konditionstraining: spezielle Aspekte Muskelaufbautraining, Maximalkraft, Schnellkraft, Grundaussdauer, Schnelligkeitsausdauer – Methodische Anweisungen, Übungsbeispiele, Trainingspläne (Teil 2)
Samstag, 12.01.2008	09.00 – 13.00h Sportmedizin, Physiotherapie, Regeneration und Sporternährung 14.30 – 18.00h Sportmedizin, Physiotherapie, Regeneration und Sporternährung
Sonntag, 13.01.2008	09.00 – 13.00h Sportpsychologie
Samstag, 02.02.2008	09.00 – 13.00h Das offene Spiel: Tacklesituation, offene Gedränge, Maul, Kontinuität (Theorie und Praxis, Regelkunde) 14.30 – 18.00h Das Gedränge und das Spiel aus dem Gedränge: Theorie, Praxis, Regeln
Sonntag, 03.02.2008	09.00 – 13.00h Die Gasse und das Spiel aus der Gasse: Theorie, Praxis, Regeln
Samstag, 09.02.2008	09.00 – 13.00h Antritt Mittellinie und 22m-Linie: Angriffssituationen Sturm und Hintermannschaft (Theorie und Praxis, Regeln)



Rugby Verband Sachsen e.V.

Stahmelner Straße 218 * D - 04159 Leipzig

Tel: 0341/56 62 401 * Fax: 0341/56 62 402

Email: juergen.weber@svbuero-bau.de

Sonntag, 10.02.2008	Das Kickspiel: taktisch, strategisch, zum Goal 14.30 – 18.00h: Verteidigung und Gegenangriff: Organisation, Anlaufen, Tackling, Systeme, Gegenangriff (Theorie und Praxis, Regeln) 09.00 – 13.00h Das 7er Rugby: Unterschiede und Gemeinsamkeiten zum 15er Rugby (Theorie, Praxis, Regeln)
Samstag, 23.02.2008	09.00 – 13.00h Die Vermittlung des Rugbyspiels und Schulung der rugbyspezifischen Elemente im Nachwuchsbereich: D-, C-, B- und A-Schülern, Jugend und Junioren (Teil 1) 14.30 – 18.00h Regelkunde
Sonntag, 24.02.2008	09.00 – 13.00h Zusammenfassung des Lehrgangs, Prüfungen sowie Regelkunde-Fragebogen des SDRV zur Ausbildung von Schiedsrichtern Rückmeldung