

KONZEPT NLZ FORM 3 NACHWUCHS

WOHNEN



KOSTEN

CHF

SPORT



AUSBILDUNG



TRAINIEREN, LEBEN UND LERNEN

AM NATIONALEN LEISTUNGSZENTRUM DES SCHWEIZER
SCHIESSSPORTVERBANDS IN MAGGLINGEN / BIEL



Konzept NLZ Form 3
Nachwuchs



Förderkonzept
Leistungssport

Inhalt

- 02 Einleitung
- 03 Ausgangslage
- 04 Ziel und Zweck / Athletenweg
- 06 Partner
- 07 Finanzen
- 08 Kontakt / Impressum

Einleitung

Für die Kaderathletinnen und -athleten des Bereichs Spitzensport und Nachwuchsförderung des Schweizer Schiesssportverbandes stehen schweizweit diverse Trainingsangebote an den Regionalen und/oder am Nationalen Leistungszentrum (RLZ/NLZ) zur Verfügung. Diese Angebote beinhalten verschiedene Formen, welche der Einstufung und Verfügbarkeit der Athletinnen und Athleten gerecht werden und im Hinblick auf ein erfolgreiches Zusammenspiel von Ausbildung, Beruf und Spitzensport ein optimiertes Zeitmanagement ermöglichen.

Das vorliegende Konzept beschreibt und regelt insbesondere die im August 2021 startende «NLZ Form 3», welche es den Athletinnen und Athleten ermöglicht, ihren Lebensmittelpunkt in die Region des Nationalen Leistungszentrums des Schweizer Schiesssportverbandes in Biel/Magglingen, zu verlagern. Dadurch können sie ihre Ressourcen bündeln und die Kräfte vollends in Ausbildung, Beruf und Spitzensport investieren.

Ausgangslage

In immer mehr Ländern folgen Jugendliche aus dem Schiesssport dem Beispiel anderer Sportarten und schreiben sich, um ihre Zeit optimal für ihre Leidenschaft und ihre Ausbildung nutzen zu können an Sportgymnasien, Sportschulen oder in Sportklassen ein.

Wenig verwunderlich präsentiert sich demnach die Lage und Entwicklung im Schiesssport auf internationalem Parkett so, dass sowohl bei der Elite als auch bei den Juniorinnen und Junioren die Resultate rasant und markant steigen.

Der Schweizer Schiesssportverband hat auf diese Tendenzen bereits reagiert und im Bereich Nachwuchsförderung das vorhandene Trainingsangebot ab 1. Oktober 2018 kontinuierlich angepasst und zusätzliche Angebote eingeführt. Die nachstehenden Formen

wurden nach und nach in den Trainingsbetrieben an den RLZ-Standorten und am NLZ umgesetzt:

- Start Form, seit 1. Oktober 2018
- Standard Form, seit 1. Oktober 2018
- NLZ Form 1, seit 1. Oktober 2018
- NLZ Form 2, seit 1. Oktober 2019

Um dem internationalen Trend gerecht zu werden und unseren jungen Sportlerinnen und Sportlern die Möglichkeit zu bieten, sich im Sport trotz Ausbildung professionell zu bewegen, wird der Schweizer Schiesssportverband mit dem Trainingsangebot «NLZ Form 3», welches einem Meilenstein gleichkommt, den nächsten Schritt gehen und das vorhandene Angebot weiter ausbauen und vervollständigen.

Trainingsangebote an den Regionalen Leistungszentren sowie am Nationalen Leistungszentrum

| Start Form | Standard Form | NLZ Form 1 | NLZ Form 2 | NLZ Form 3 |
|--|--|--|--|--|
| T3 AthletInnen RLZ-Training im 1. Jahr | T3, T3Ü, T4-J AthletInnen RLZ-Training ab 2. Jahr | T3, T4-J AthletInnen RLZ-Training ab 2. Jahr | T4-J, T4 AthletInnen High Potential, RLZ-Training ab 2. Jahr | T4-J, T4 AthletInnen High Potential (ab August 2021) |
| <ul style="list-style-type: none"> • Eine Trainingseinheit pro Woche à 3 Stunden (40 Wochen/Jahr) • Für Label-Schüler ein zusätzliches Training pro Woche à 3 Stunden (40 Wochen/Jahr) • Kraft und Kondition: 2 Stunden pro Monat | <ul style="list-style-type: none"> • Zwei Trainingseinheiten pro Woche à 3 Stunden (40 Wochen/Jahr) • Für Label-Schüler ein zusätzliches Training pro Woche à 3 Stunden (40 Wochen/Jahr) • Kraft und Kondition: 2 Stunden pro Monat | <ul style="list-style-type: none"> • Eine Trainingseinheit pro Woche à 3 Stunden (40 Wochen/Jahr) • Für Label-Schüler ein zusätzliches Training pro Woche à 3 Stunden (40 Wochen/Jahr) • 6 Mal 2 Tage Training am NLZ verteilt über das ganze Jahr, inkl. Kraft und Kondition • 2 Trainingswochen à 5 Tage am NLZ, inkl. Kraft und Kondition | <ul style="list-style-type: none"> • Eine Trainingseinheit pro Woche à 3 Stunden (20 Wochen/Jahr) • Für Label-Schüler ein zusätzliches Training pro Woche à 3 Stunden (40 Wochen/Jahr) • 6 Mal 2 Tage Training am NLZ verteilt über das ganze Jahr, inkl. Kraft und Kondition • 6 Trainingswochen à 5 Tage am NLZ, inkl. Kraft und Kondition | <ul style="list-style-type: none"> • Leben und Wohnen in WG oder Gastfamilie in Magglingen/Biel • Schule, Ausbildung, Weiterbildung oder Arbeiten in Biel oder Magglingen • 5 Trainingseinheiten pro Woche à 4 Stunden • 4 Stunden Kraft und Kondition pro Woche |
| RLZ: 1/2 der Vollkosten bezahlt durch AthletIn | RLZ: Vollkosten bezahlt durch AthletIn | RLZ: 1/2 der Vollkosten bezahlt durch AthletIn zusätzliche Kosten: max. CHF 1000 an SSV | RLZ: 1/4 der Vollkosten bezahlt durch AthletIn, zusätzliche Kosten: max. CHF 2000 an SSV | AthletIn bezahlt max. CHF 6000 an SSV |
| 120-240 Stunden Schiessen pro Jahr | 240-360 Stunden Schiessen pro Jahr | 240-360 Stunden Schiessen pro Jahr | 300-420 Stunden Schiessen pro Jahr | 880 Stunden Schiessen pro Jahr |

OPTIMALES ZEITMANAGEMENT RLZ/NLZ-TRAINING



Regionale Leistungszentren in Lausanne, Luzern, Filtzbach und Teufen
Weitere Informationen:
www.swissshooting.ch/nachwuchs



Flyer Athletenweg

Ziel und Zweck

Das Trainingsangebot «NLZ Form 3» mit dem Motto «Trainieren, Leben und Lernen» am Nationalen Leistungszentrum in Magglingen/Biel soll ambitionierten jungen Athletinnen und Athleten mit hohem Potenzial eine optimale Plattform bieten, um Ausbildung/Beruf und Sport unter einen Hut zu bringen – und dabei auch Zeit für die nötige Regeneration zu finden.

Die Umsetzung des Trainingsangebots erfolgt durch die Zusammenarbeit zwischen dem Schweizer Schiesssportverband, welcher für den Trainingsbetrieb verantwortlich ist, und der Dienststelle Sport der Stadt Biel, welche im Bereich Schule und Sport zusammen mit sieben Swiss Olympic Partner Schools auf Stufe Sek I und Sek II das Programm «Sport – Kultur – Studium» (SKS) anbietet. Die Schulen sind für die schulische Entwicklung zustän-

dig und beschäftigen einen Koordinator, welcher mit dem Verband in engem Kontakt steht und zusammen mit den Trainern/Trainerinnen die optimale Abstimmung der Lehr- und Trainingspläne gewährleistet und bei Absenzen Lösungen erarbeitet und bereitstellt. Weiter bestehen Möglichkeiten im dualen Bildungssystem mit Berufslehren in sportfreundlichen Lehrbetrieben.

Diese Kooperation und die kurzen Reisezeiten (die Athletinnen und Athleten wohnen bei Gastfamilien in der Region Biel) sorgen für einen reibungslosen Alltag, eine optimale Nutzung der Zeit für Training und Ausbildung sowie eine sinnvolle Planung der Absenzen für Trainingseinheiten und Wettkämpfe.

PISTE

Die PISTE (prognostische integrative systematische Trainer-Einschätzung) ist ein Instrument der Selektion von Talenten. Ziel ist es, eine Standortbestimmung der Athletinnen und Athleten vorzunehmen, den Entwicklungsstand aufzuzeigen und die Sportler untereinander zu vergleichen.



Weiterführende Informationen PISTE

FTEM Schweiz

Das Bundesamt für Sport und Swiss Olympic haben mit dem «Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung» - kurz «FTEM Schweiz» genannt - ein gemeinsames, sportartenübergreifendes Instrument entwickelt.

«FTEM Schweiz» beruht auf vier Schlüsselbereichen: F steht für Foundation (Fundament, Grundlagen, Basis), T für Talent, E für Elite und M für Mastery (Weltklasse).

Diese vier Schlüsselbereiche sind in zehn Phasen aufgeteilt (F1, F2, F3, T1, T2, T3, T4, E1, E2, M). Die zehn Phasen des «FTEM Schweiz» beziehen sich auf einen Idealverlauf in der sportlichen Entwicklung eines Athleten oder einer Athletin auf dem Weg an die internationale Spitze.

Strukturen des Athletenwegs im Leistungssportlichen Sportschiessen

| FTEM | FOUNDATION (VEREIN) | | | TALENT | | | | ELITE | | MASTERY |
|---------------------------|---|---|---|------------------|----------------------|--|-------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|-------------------------|
| | Phase | F1 | F2 | F3 | T1 | T2 | T3 | T4 | E1 | E2 |
| Schlagwort | | | | Potenzial zeigen | Potenzial bestätigen | Trainieren und Ziele erreichen | Durchbruch und belohnt werden | Die Schweiz (int.) repräsentieren | International Erfolg haben | Dominieren der Sportart |
| Internationale Wettkämpfe | Entdecken und erwerben der Schiesssportdisziplinen mit polysportiven Grundformen als Pausengestaltung in regelmässigen Einsteigerlektionen in den Vereinen. | Anwenden und variieren der gelernten technischen Elemente. Ganzheitliches und regelmässiges Training. Motiviert für Wettkämpfe. | Engagement für zusätzliche Disziplinen und/oder Stellungen. Motiviert für zusätzliche Trainingseinheiten. Umsetzung des Erlernten in Wettkämpfen. | | | IWK, JEM, JWM (15–20 J), YOG (16–18 J) | | | | |
| Card/Kaderstruktur | | | | | | IWK (ab 15 J durch Selektion Shooting Masters) | | | | |
| Wochenumfang in Stunden | 1+ | 3+ | 5+ | 6+ | 6+ | 13+ | 12–16+ | 25+ | 35+ | 40+ |
| Anzahl Wettkämpfe/Jahr | | 1 | 1 | 2 | 3 | 10 | 13 | 13 | 13 | 13 |

Partner

Ausbildung / Beruf

Das gemeinsame Programm «Sport – Kultur – Studium» der Stadt Biel, des Kantons Bern und des Bundesamtes für Sport fördert besonders begabte Schülerinnen und Schüler, welche über ein nationales Potenzial in den Bereichen Sport, Musik oder Tanz verfügen.

Das Programm bietet für junge Talente ideale Bedingungen, so dass Schule und Talentförderung optimal aufeinander abgestimmt werden können.

Das Ausbildungsprogramm kann an den nachfolgend aufgeführten sieben Swiss Olympic Partner Schools in den Sprachen Deutsch und Französisch genutzt werden und reicht von der 7. Klasse bis zum Abschluss des Gymnasiums, der Handelsschule oder der Berufslehre.

Stufe Sek I - Biel:

| | | |
|------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|
| Oberstufe Rittermatte (deutsch) | Oberstufe Mett-Bözingen (deutsch) | Collège des Platanes (französisch) |
|------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|

Stufe Sek II - Biel:

| Schule/Ausbildungsstätten | Angebote |
|---|---|
| BFB (Bildung Formation Biel) als kaufmännische Berufsfachschule | <ul style="list-style-type: none"> • Berufslehre als Kauffrau/Kaufmann • Sporthandelsschule – Spitzensport • Technische Fachschule TFS |
| BBZ-CFP (Berufsbildungszentrum) als gewerblich-industrielle Berufsfachschule | <ul style="list-style-type: none"> • Berufslehre in technischem oder gewerblichem Beruf • Berufsvorbereitendes Schuljahr BVS • Technische Fachschule TFS |
| Gymnasium Biel-Seeland | Gymnase français Bienne |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Fachmittelschule FMS • Wirtschaftmittelschule WMS • Ecole supérieure de commerce ESC |

Wohnen

Die Athletinnen und Athleten werden grundsätzlich bis zum Erreichen der Volljährigkeit bei Gastfamilien in der Region Biel untergebracht. Dadurch sind sie in einem sozialen Umfeld eingebettet und

haben Zugang zu einem privaten Netzwerk. Danach steht es ihnen frei, in eine Wohngemeinschaft oder gar in eine eigene Wohnung zu ziehen.

Sport

Für das ganzjährige Training in den olympischen Disziplinen stehen den Athletinnen und Athleten die Schiessanlagen des BASPO in Biel (Indoor: 10, 25, 50m), Pieterlen (Outdoor: 25, 50m) und Schwadernau (Indoor/Outdoor: 10, 50m) zur Verfügung. Um einen reibungslosen Ablauf der Trainingseinheiten der verschiedenen Trainings- und Nutzergruppen zu gewährleisten, wird für die Benützung ein Zeitplan erstellt.

Der Trainingsumfang entspricht den internationalen Anforderungen von bis zu 1000 Stunden pro Jahr. Die entsprechende Wochenplanung erfolgt durch den Verband in Zusammenarbeit mit dem Schulkoordinator und unter Berücksichtigung aller relevanten Komponenten in Bezug auf Schule und Sport.

Die Betreuung der Trainingseinheiten erfolgt durch die professionellen TrainerInnen des Schweizer Schiesssportverbandes. Diese werden in der Analyse und Darstellung der Leistungsentwicklung durch die Abteilung Sportwissenschaft des SSV unterstützt. Weiter haben die Sportlerinnen und Sportler Zugang zu Physiotherapeuten sowie zu Sportmedizinern und -psychologen am Nationalen Leistungszentrum in Magglingen. Für das Konditionstraining stehen ihnen die Sportanlagen des BASPO in Magglingen zur Verfügung.

Finanzen

Für das Wohnen und die Verpflegung bei der Gastfamilie (i.d.R. Halbpension) plus die Benutzung der Trainingsinfrastruktur (Schiessstandmiete) werden den Eltern oder den Athletinnen/Athleten vom Schweizer Schiesssportverband anteilmässig max. 6000 Franken weiterverrechnet.

Weitere für den Lebensunterhalt anfallende Kosten gehen zu Lasten der Eltern oder der Athletinnen/Athleten ebenso wie das Schulgeld (Sek I), sofern dieses gem. Übernahmeregulation des jeweiligen Kantons von diesem nicht übernommen wird.



Weitere Informationen
Sport – Kultur – Studium, Biel



Organigramm
Sport – Kultur – Studium, Biel



Beispiel Zeitfenster
7.-9. Klasse



Talentpartner



Flyer Berufslehre und
Spitzensport



KONTAKT / IMPRESSUM



Schweizer Schiesssportverband

Bereich Nachwuchsförderung

Lidostrasse 6, 6006 Luzern

www.swissshooting.ch

nachwuchs@swissshooting.ch

Autoren: Oriana Scheuss, Leiterin
Abteilung Nachwuchsförderung

Layout: Fabienne Wilhelm nach
einer Vorlage von trurnit Publishers

Genehmigung und Inkraftsetzung: Das Konzept «NLZ Form 3»,
Ausgabe 1, wurde durch die Geschäftsleitung genehmigt und tritt
per 2. April 2020 in Kraft.