

Präsident

Thomas Schmid
Bahnhofstrasse 26
6170 Schüpfheim

mobil 079 442 24 25
thomas@schmid-web.ch
www.lusv.ch

Kaderstruktur 2015 - 2020

Ausgangslage:

In den Skiclubs im Verbandgebiet wird eine tolle Arbeit gemacht. Sie bringen die Kids durch ihre Trainings zum Skirennsport, und es zeigen sich auch immer wieder Talente in unserem Kanton.

Im Regionalen Leistungszentrum (RLZ), Schüpfheim, welches sich in den letzten sechs Jahren gut etabliert hat, werden die talentierten Skirennfahrerinnen und Rennfahrer (13 – 16 Jahre), mit einem Trainer im Vollpensum, sowie einem Teilzeittrainer, gemäss den Richtlinien von Swiss Ski gefördert und gefordert.

Da die Athletinnen und Athleten aber ziemlich spät zur professionellen Förderung kommen, und der Ausbildungszeitraum beschränkt ist, um den Schritt in höhere Kader zu schaffen, muss eine zweistufige Kaderstruktur geschaffen werden, welche die talentierten Kids bereits früher gezielter fördert.

LUSV RLZ-Kader

RLZ Ski Alpin ZSSV, Schüpfheim

In diesem Kader werden ca. 10 Athletinnen und Athleten im Alter von 13 – 16 Jahren (JG 2000 – 2003) aufgenommen. Diese Athleten gehören bereits dem ZSSV JO Kader an, oder werden weiter gefördert um diesen Schritt zu erreichen.

Das Ziel dieser Gruppe ist die Athletinnen und Athleten zu fördern um den Übertritt nach der U16 in ein NLZ zu schaffen, oder ins Junioren Kader des ZSSV (Regionalverband) selektioniert zu werden.

Trainingsstruktur:

Die Trainings werden nach der Guide Line von Swiss Ski aufgebaut.

Es werden pro Woche 3-5 Trainings angeboten. Im Winter auf den Skis, und während der Vorbereitungsphase wird konditionell gearbeitet.

Im Spätsommer und Herbst werden verschiedene Gletschertrainings organisiert, welche meistens an verlängerten Wochenenden, sowie während den Herbstferien stattfinden.

Die Athletinnen und Athleten welche den ZSSV JO-Kader Status haben, werden zu Konditions-, sowie Herbst Schneekursen aufgeboten, welche zusammen mit den RLZ Schwyz und RLZ Hergiswil durchgeführt werden. Diese Zusammenzüge werden vom ZSSV koordiniert.

Von den 3-5 Trainings pro Woche, welche jeweils am **Di-, Mi-, Do-Nachmittag**, sowie an den Wochenenden stattfinden, **müssen** von der Athletin, dem Athleten **mindestens zwei**, während der Woche, **sowie die Wochenendkurse absolviert werden.**

Die Trainings im LUSV RLZ Kader haben immer Priorität, und es werden keine Ausnahmen akzeptiert, welche nicht mit dem Trainerstaff abgesprochen sind. Sollten sich Athleten nicht an die Entscheide der Trainer halten, können Verwarnungen ausgesprochen, oder Teilnahmen an Trainingskursen untersagt werden.

Trainingsplanung wird im Mai für die Vorbereitungsphase und im November für die Rennphase durch den Trainer erstellt.

LUSV Kader

In diesem Kader werden ca. 10 talentierte Athletinnen und Athleten im Alter zwischen 10 – 13 Jahren (JG 2003 – 2005) aufgenommen. Das Ziel dieser Gruppe besteht darin, die Athletinnen und Athleten in technischer Hinsicht besser zu fördern, und auf den Übertritt ins LUSV RLZ Kader vorzubereiten.



Trainingsstruktur:

Die Trainings werden nach der Guide Line von Swiss Ski aufgebaut. Es wird aber vermehrt darauf geachtet, dass die Athletinnen und Athleten technisch und konditionell grössere Fortschritte machen, damit im RLZ Kader weiter gefeilt werden kann, und nicht immer auf dem unteren Niveau mit der Arbeit neu begonnen werden muss.

Es werden pro Woche 1 – 3 Trainings durchgeführt. Im Winter auf den Skis, und während der Vorbereitungsphase in konditioneller Hinsicht.

Zum LUSV Kadertraining gehören zusätzliche Trainings (z.B. Skiclub / FC / Turnverein usw.) mit dazu. Die Koordination wird im Trainerstab des LUSV gemacht, und der LUSV Kadertrainer entscheidet Endgültig über die Teilnahmen.

Sollten sich Athleten nicht an die Entscheide der Trainer halten, können Verwarnungen ausgesprochen, oder Teilnahmen an Trainingskursen untersagt werden.

Während der Herbstferien wird ein Gletschertraining durchgeführt. Sobald in der Region (Engelberg, Andermatt, Sörenberg) die Möglichkeit besteht zu trainieren, wird regelmässig in diesen Regionen die Vorbereitung auf den Winter vorangetrieben und intensiviert.

Trainingsplanung wird im Mai für die Vorbereitungsphase und im November für die Rennphase durch den Trainer erstellt.

Rennbetreuung:

Die Rennbetreuung bleibt für Regionalrennen in den Clubs, und wird von den LUSV Trainern punktuell unterstützt.

An Interregionalen und Nationalen Rennen werden die Athleten durch die LUSV Trainer betreut. Die Koordination dieser Trainereinsätze wird durch den Regionalverband (ZSSV) koordiniert.



Selektionsrichtlinien:

1. Leistung Skiwettkämpfe

Gefahrenere Rennpunkte und angewandter Penalty aus den besten drei Slalom und den besten drei Riesenslalomresultaten (Regionalrennen im ZSSV) berücksichtigt werden die Jahrgänge 2001, 02, 03 und 04. Beim Jahrgang 2005 werden die besten fünf Animationsrennen berücksichtigt.

2. Bewertung Skitechnik

Die Bewertung der Skitechnik wird anhand des Sichtungskurses zusammen mit dem ZSSV und den RLZ im ZSSV vorgenommen.

Technik:

- Rhythmisches Kurzschwingen in Slalom orientierten Radien (ca. 7-10m)
- Angepasstes Fahren auf unpräparierter Piste (*verfahrener Tiefschnee, Buckelpiste, usw.*)
- Kontrolliertes Fahren auf einem Ski um RS-Tore.
- Nach Besichtigung fahren durch unrhythmisch gesetzten Minikipp Slalom.

Ablauf:

- 2 verschiedene Aufgaben lösen.
Die Aufgaben werden am Testtag den anwesenden Experten bekannt gegeben. Die zwei Aufgaben können jeweils einmal vor dem Test geübt werden. Der Experte zeigt die Übung einmal vor.

3. Sichtung Kondition

Die konditionelle Leistungsfähigkeit wird anhand des Swiss-Ski Powertests (Version 2013) geprüft.



4. Athletenbeurteilung

Bis zum Beginn der Wettkampfsaison wird durch den jeweiligen Trainer (ZSSV, RLZ, KV) eine Athletenbeurteilung ausgefüllt.

Diese Umfasst:

- Persönliches Umfeld
- Persönliche Voraussetzungen
- Biologischer Entwicklungsstand
- Bewegungstechnischer Entwicklungsstand
- Psychologische Voraussetzungen Leistungsentwicklung

Bewertungsverhältnis

Für die vier Faktoren, welche zum Selektionsmodus gehören, sollte ein gesundes Bewertungsverhältnis angenommen werden. Die Auswertung/Benotung für die Selektion wird nach einem bestimmten System vorgenommen. In einem Auswertungsformular können alle Daten erfasst werden, damit die Resultate und Noten im gleichen Verhältnis umgerechnet werden können. Zusätzlich kann das Trainerurteil mit in die Selektion einfließen.

Verhältnis zwischen den Selektionsfaktoren:

- 30% Ski:** Leistung an Wettkämpfen
- 30% Ski:** Technik/Leistungsnote vom Sichtungskurs
- 20% Kondition:** SWISS-SKI Power Test
- 20% Beurteilung:** Athletenbeurteilung

Aus diesen Daten wird eine Stärkeliste erstellt, welche für die Selektion in die einzelnen Kader massgebend ist.



Vergünstigungen für die Athleten:

Die Athleten können von Spezialangeboten von unseren Sponsoren und Partnern profitieren.

LUSV Kaderbekleidung (Skijacke, Skihose und Softshell) kann zum Spezialpreis eingekauft werden.

Der Schneepass Zentralschweiz wird auch zu besseren Konditionen angeboten werden können.

u.s.w.

Kaderbeiträge:

Die Kaderbeiträge richten sich nach den tatsächlichen Kosten. Diese beiden Gruppen werden durch die Nachwuchsförderung des BASPO unterstützt. Ebenso gibt es einen Beitrag von Swiss Ski zu Gunsten des RLZ Ski Alpin ZSSV.

RLZ-Kader: (ca. Fr. 3'500)

In diesem Betrag sind sämtliche Trainings (exkl. Übernachtung und Skipässe) sowie die Transport-, Trainingsmaterialkosten (Halle, Stangen u.s.w) eingeschlossen.

LUSV Kader: (ca. Fr. 1'500)

In diesem Betrag sind sämtliche Trainings (exkl. Übernachtung und Skipässe) sowie die Transport-, Trainingsmaterialkosten (Halle, Stangen u.s.w) eingeschlossen.

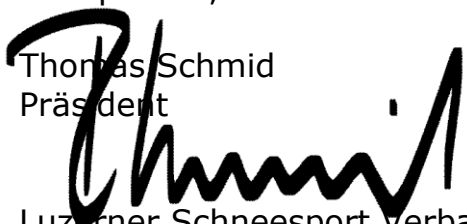
Diese Beiträge werden im Sommer in Rechnung gestellt. Es besteht grundsätzlich kein Anspruch auf Rückvergütung, sollten Trainings nicht besucht werden können.

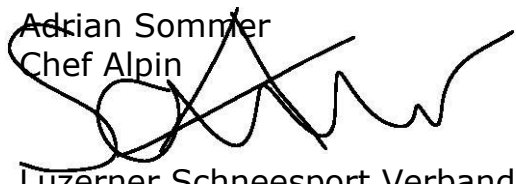


Umsetzung:

Diese Kaderstruktur wird ab sofort eingeführt und wird für mindestens 5 Jahre vom System unverändert gelassen. Es werden höchstens punktuelle Änderungen gemacht, jedoch bleibt die zweistufige Struktur beibehalten.

Schüpfheim, im November 2015

Thomas Schmid
Präsident

Luzerner Schneesport Verband

Adrian Sommer
Chef Alpin

Luzerner Schneesport Verband