



Aargauer OL-Verband

OL NACHWUCHSKADER AARGAU

Betreuungskonzept 2019

Stand: Oktober 2018

1. Einleitung

Ziel des Betreuungskonzepts ist es, die Erwartungen des Trainerteams (TT) an den persönlichen Betreuer (PB) von Athleten (A) im NWK AG aufzuzeigen und eine Grundlage für die Zusammenarbeit zwischen Athlet, Betreuer und Trainerteam zu schaffen. Alle Athleten im NWK AG sollen einen persönlichen Betreuer haben. Zudem haben sie innerhalb des NWK AG eine Ansprechperson (AP) im TT.

2. Aufgaben des persönlichen Betreuers (PB)

- Der PB bespricht mit dem A die NWK-Bewerbung
- Der PB wertet zusammen mit dem A die Saison aus
- Der PB erstellt zusammen mit dem A die Zielsetzung für die Saison
- Der PB erstellt zusammen mit dem A die Saisonplanung
- Der PB erstellt/bespricht den Trainingsplan mit dem A gemäss den Anforderungen des NWK AG (siehe "Anforderungsprofil")
- Der PB nimmt **mindestens** einmal pro Monat mit dem A Kontakt auf und gibt Feedback zum Training / T-Pak
- Der PB schaut, dass er dem A mindestens 3 Mal pro Jahr "schättele" kann (z.B. KAZU, Klubtrainings, NLZ)
- Der PB ist dafür verantwortlich, dass der A bis Ende September an mindestens 4 Laufveranstaltungen teilnimmt
- Der PB füllt den PISTE-Fragebogen ehrlich und zuverlässig aus
- Der PB liest die Kader-News und hält sich an seine Termine
- Jedes Jahr Sinnfrage stellen, ob die Zusammenarbeit mit A noch stimmt
- Der PB strebt eine Verbesserung des A an durch Vorbereiten, Planen und Auswerten mit dem A, speziell zu erwähnen:
 - Schwerpunkte setzen fürs TL
 - TL vorbereiten / auswerten
 - Selektionsläufe vorbereiten / planen (nach NWK AG Richtlinien)
 - Selektionsläufe auswerten
- Der PB führt jährlich drei 3er Gespräche mit dem A und dem AP durch. Der Zeitpunkt ist grundsätzlich nach dem Wintertraining (vor TL / vor Testläufen), nach den Testläufen (Saisonhälfte / Herbstsaison Vorbereitung) und Ende Saison von Mitte November bis Ende Dezember, idealerweise am Wochenende der 3er Gespräche in Aarau dessen Ablauf folgt der eingereichten Bewerbung. Die «Hot Topics» der Gespräche werden im Gesprächsprotokoll durch den AP dokumentiert.

Hauptsponsor



LUNGENLIGA AARGAU

Sponsoren



GRUPPE
www.uta.ch



urech
optik
sehkultur in aarau

Supporter





3. Aufgaben Athlet (A)

- Der A füllt die NWK-Bewerbung aufgrund der Saisonauswertung gewissenhaft aus
- Der A schickt dem PB eine Kopie der NWK-Bewerbung
- Der A schickt der AP eine Kopie der Saisonplanung und –auswertung sowie der Zielsetzung
- Der A führt das T-Pak aktuell (bis max. 1 Woche verzögert)
- Der A informiert bei Verletzungen und Krankheiten (>Grippe) sowohl PB als auch AP umgehend (falls nicht anders möglich, auch erst nach der Krankheit)
- Der A bespricht Änderungen in der Saisonplanung mit dem PB und informiert den AP darüber
- Der A bereitet sich zusammen mit dem PB auf das 3er Gespräch vor
- Der A ist bemüht und verantwortlich für eine gute Zusammenarbeit mit dem PB (grundsätzlich besteht ein Holprinzip)
- Der A steht in monatlichem Kontakt mit dem AP
- **Der A liest die Kader-News und hält sich an die Termine**
- Jedes Jahr Sinnfrage stellen, ob die Zusammenarbeit mit dem PB noch stimmt
- Der A meldet sich bei eventorganisatorischen Fragen beim Eventchef, bei trainingstechnischen Fragen beim AP
- Der A strebt eine Verbesserung seiner Fähigkeiten an durch Vorbereiten, Planen und Auswerten mit dem PB, speziell zu erwähnen:
 - TL vorbereiten mit dem PB
 - TL auswerten mit dem PB
 - Selektionsläufe vorbereiten mit dem PB (nach NWK AG Richtlinien)
 - Selektionsläufe auswerten mit dem PB
 - 3000m Zeit bis Ende Juni an einem Meeting oder bei einem PISTE eines Regionalkaders

4. Aufgaben Ansprechperson

- Die AP führt jährlich zwei-drei 3er Gespräche mit dem A und dem PB durch. Der Zeitpunkt ist grundsätzlich nach dem Wintertraining (vor TL / vor Testläufen), nach den Testläufen (Saisonhälfte / Herbstsaison Vorbereitung) und Ende Saison von Mitte November bis Ende Dezember, idealerweise am Wochenende der 3er Gespräche in Aarau dessen Ablauf folgt der eingereichten Bewerbung. Die «Hot Topics» der Gespräche werden im Gesprächsprotokoll durch den AP dokumentiert.
- Die AP führt im Frühlingstrainingslager mit dem A ein Gespräch-über die Fortschritte im TL und Formstand sowie dessen Gesundheit und Umfeld.
- Die AP schaut das T-Pak monatlich an und gibt eine kurze Rückmeldung an A und PB, haltet sich prinzipiell jedoch raus aus den Trainingsphilosophien
- Die AP ist prinzipiell die erste Anlaufstelle bei Problemen und bei Fragen
- Die AP kontrolliert sporadisch die Zusammenarbeit von A und PB
- Die AP unterstützt bei Bedarf den PB
- Die AP kontrolliert die Vorbereitung auf die Selektionsläufe
- Die AP entscheidet über die Teilnahme an den Selektionsläufen

Hauptsponsor



LUNGENLIGA AARGAU

Sponsoren



GRUPPE
www.uta.ch



urech
optik
sehkultur in aarau

Supporter





Aargauer OL-Verband

OL NACHWUCHSKADER AARGAU

- Die AP füllt den PISTE-Fragebogen aus. In der Regel werden die Einschätzung von AP und PB arithmetisch gemittelt. In Einzelfällen kann die AP den PB überstimmen
- Die AP "schättele" dem A grundsätzlich 2 Mal pro Jahr (1 Mal KAZU, 1 Mal TL) und führt darüber ein Protokoll, welches er dem PB zur Verfügung stellt

5. Kommunikation

- Die AP kontaktiert bei Problemen zuerst den A bevor mit dem PB gesprochen wird
- Der PB kontaktiert die AP falls er mit den Forderungen des TT nicht einverstanden ist.
- **Der A und die AP senden bei Emails jeweils dem PB eine Kopie (Cc)**

Hauptsponsor



Sponsoren



Supporter

