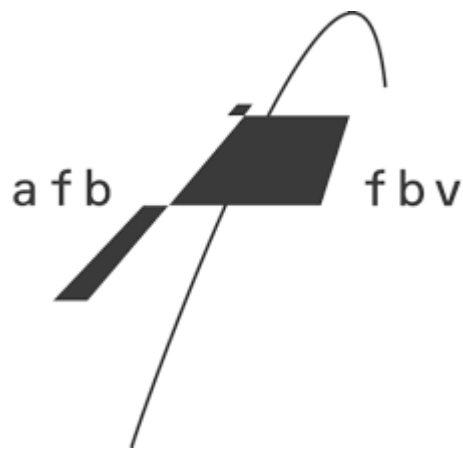


Konzept

Regionales Leistungszentrum des Freiburger Badmintonverbandes



Freiburg, Juni 2023

Inhaltsverzeichnis:

1. Einleitung
2. RLZ Fribourg: Rahmenbedingungen, Grundsätze und Ziele
 - 2.1 Rahmenbedingungen
 - 2.2 Grundsätze
 - 2.3 Ziele
3. Athletenweg Leistungssport des RLZ Freiburg
 - 3.1 Übersicht Athletenweg
 - 3.2 Ergänzungen Athletenweg der U11
 - 3.3 Ergänzungen Athletenweg der U13
 - 3.4 Ergänzungen Athletenweg der U15
 - 3.5 Ergänzungen Athletenweg der U17
 - 3.6 Ergänzungen Athletenweg der U19
 - 3.7 Ergänzungen Athletenweg der O19

1. Einleitung

Das vorliegende Konzept soll als Fundament für die Arbeit des RLZ Freiburg dienen. Es wurde in Zusammenarbeit mit dem Headcoach des RLZ, Nicole Schaller, und dem Vorstand des AFB, im Speziellen mit dem Verantwortlichen des RLZs, Stephan Schneider, in Anlehnung an den FTEM von Swiss Badminton ausgearbeitet.

Das Konzept definiert in einem ersten Teil die Rahmenbedingungen, die Grundsätze und die Ziele des RLZs Freiburg. Aufgrund dieser wird in einem zweiten Teil ein Athletenweg im Leistungssport für die Junioren und Juniorinnen des Kantons aufgezeigt.

Anzumerken gilt, dass dieses Konzept einen theoretischen Rahmen aufzeigen soll. Es darf und soll in der Praxis flexibel an aktuelle Situationen angepasst werden.

2. RLZ Fribourg: Rahmenbedingungen, Grundsätze und Ziele

2.1 Rahmenbedingungen

Die Trainingsstruktur für die Juniorenförderung in Freiburg ist einerseits als Regionales Leistungszentrum von Swiss Badminton sowie als Centre cantonal de formation des Kantons Freiburg anerkannt.

Der Headcoach des RLZ ist in einem 40% Pensum angestellt. Unterstützt wird diese Person einmal wöchentlich während drei Stunden Training von einem Assistenztrainer. Weiter ist ein Athletiktrainer für drei Stunden Training pro Woche bezahlt. Im Pensum des Headcoaches eingerechnet ist das Coaching an drei nationalen Juniorenturnieren der Swiss Badminton Junior Series pro Saison.

Das RLZ trainiert dezentral. Wöchentlich finden Trainings in diversen Hallen an verschiedenen Standorten statt. Zurzeit werden insgesamt 15 Stunden Training verteilt auf 6 Einheiten angeboten, wovon eine Stunde pro Woche geleitetes Krafttraining ist. Da die Anzahl Felder beschränkt ist und jeweils nur ein Trainer oder eine Trainerin, abgesehen von einer Einheit in der Woche, die Trainings leitet, begrenzt dies auch die grösstmögliche Anzahl Athleten und Athletinnen pro Training.

Die finanziellen Ressourcen des AFB sind mit dem derzeitigen Angebot ausgeschöpft. Das Konzept wurde daher aufgrund der Annahme erarbeitet, dass sich die finanziellen Möglichkeiten des AFBs auch in Zukunft in diesem Rahmen bewegen werden.

2.2 Grundsätze

Das RLZ Freiburg stützt sich auf folgende Grundsätze:

- ➔ Wir sind eine Förderstruktur im Nachwuchsbereich des Leistungssportes. Wir orientieren uns an der Leistungssportphilosophie von Swiss Badminton.
- ➔ Im Zentrum unserer Arbeit stehen jungen Menschen mit ihrer individuellen sportlichen und persönlichen Entwicklung.
- ➔ Wir wollen gesunde, selbstständige, reflektierte und selbstbewusste Athleten und Athletinnen, welche den sportlichen Anforderungen des Nationalen Leistungszentrums in Bern genügen, ausbilden.
- ➔ Die schulische und sportliche Karriere unserer Athleten und Athletinnen stehen im Einklang.
- ➔ Wir stehen für einen ethisch vertretbaren Leistungssport und leben die Werte des Spirit of Sports von Swiss Olympic.
- ➔ Wir leben die Faszination Badminton mit Freude und Leidenschaft.
- ➔ Die Verantwortung für die sportliche Entwicklung liegt schlussendlich beim Athleten oder der Athletin und deren Umfeld.

2.3 Ziele

Durch das Rahmenkonzept des FTEM von Swiss Badminton einerseits und die aufgezeigten Rahmenbedingungen unter Punkt 2.1 andererseits, resultiert die Konsequenz, dass sich das RLZ Freiburg hauptsächlich auf die Altersstufen U11 bis U17 konzentriert, wobei die Athleten und Athletinnen der Kategorien U13, U15 und U17 die höchste Priorität geniessen.

Das RLZ Freiburg hat nicht die Möglichkeiten, ein genügend umfangreiches Trainingsangebot für Spieler und Spielerinnen ab Kategorie U19 anzubieten. Daher ist das RLZ auf die Zusammenarbeit mit Clubs angewiesen, damit die Zielsetzungen für die Spieler und Spielerinnen erreicht werden können.

Für die Athleten und Athletinnen des RLZ Freiburgs sind folgende Resultatziele definiert:

- ➔ Minimalziel: Die Juniorinnen und Junioren werden genügend gut ausgebildet, um später in der NLB spielen zu können.
- ➔ Optimalziel: Die Juniorinnen und Junioren werden genügend gut ausgebildet, um später in der NLA spielen zu können.
- ➔ Maximalziel: Die Juniorinnen und Junioren werden genügend gut ausgebildet, um den Sprung an das NLZ der Elite in Bern zu schaffen.

Zusätzlich verfolgt das RLZ folgende Ziele für die Region:

- ➔ Die Clubs stehen wohlwollend hinter dem RLZ und sind sich dem Mehrwert dessen für die Entwicklung ihrer Athleten und Athletinnen aber auch für das Badminton in Freiburg bewusst.
- ➔ Das RLZ trägt seinen Teil zur Aus- und Weiterbildung von Trainer und Trainerinnen der Region bei.
- ➔ Die Clubs können auf lange Sicht von Spielerinnen und Spieler, welche Teil des RLZ sind oder waren, profitieren.
- ➔ Das RLZ fördert den Badmintonsport in der Region, erhöht das allgemeine Niveau des Freiburger Badmintons und vertritt den Kanton Freiburg auf nationaler Ebene.

3. Athletenweg Leistungssport des RLZ Freiburg

3.1 Übersicht Athletenweg

Auf der folgenden Seite 6 ist der Athletenweg eines Athleten oder einer Athletin des RLZs Freiburg aufgezeigt. Dieser beginnt offiziell in der Kategorie U11 und endet in den meisten Fällen nach der Altersstufe U19.

RLZ FREIBURG BADMINTON – STRUKTUREN DES ATHLETENWEGS IM LEISTUNGSPORT

FTEM	F3	T1	T2	T3	T4	E1, E2, M
KATEGORIE	U11	U13	U15	U17	U19	O19
UMFANG TRAININGS (durch RLZ abgedeckt)	4h + 2h Badminton	4h - 6h + 2h Badminton	10h Badminton 1h Krafttraining	11.5h + 2h Badminton 1h + 1h Krafttraining	10h + 4h Badminton 1h + 1h Krafttraining	11h + min.4h Badminton 1h + 1h Krafttraining
VERANTWORTUNG	Club, ergänzend RLZ möglich	RLZ, ergänzend Club zwingend	RLZ	RLZ, ergänzend Club möglich	RLZ, ergänzend Club zwingend	Club oder NLZ, ergänzend RLZ möglich
TURNIERE* (Anzahl pro Jahr)	Circuit Junior Ausserkantonale Circuit Junior KIDS-Final (6)	SBJs Ausserkantonale Circuit Junior (8)	SBJs Min. 2 internationale Turniere (12)	SBJs Elite Turniere Min. 2 internationale Turniere (15)	Elite Turniere SBJs Min. 2 internationale Turniere (15)	Elite Turniere International und national (18)
SELEKTIONSKRITERIEN	-Hohe Eigenmotivation -Gute Koordination und gutes Körpergefühl -Urteil Headcoach RLZ	-Hohe Eigenmotivation -Gute Koordination und gutes Körpergefühl -Urteil Headcoach RLZ	- Frauen: Top 8 CH in Jahrgang (zweites Jahr U13, Einzel) - Männer: Top 12 CH in Jahrgang (zweites Jahr U13, Einzel) - Top 6 als Doppel- oder MixedspielerIn - Urteil Headcoach RLZ	- Frauen: Top 8 CH in Jahrgang (zweites Jahr U15, Einzel) - Männer: Top 12 CH in Jahrgang (zweites Jahr U15, Einzel) - Top 6 als Doppel- oder MixedspielerIn - Urteil Headcoach RLZ	-Herren: Niveau 1. Liga -Frauen: Niveau NLB -Urteil Headcoach RLZ	- Potential NLZ ansonsten Status Sparringspieler oder –spielerIn - Urteil Headcoach RLZ
SOTC**	keine	keine oder SOTC regional/national	SOTC regional/national	SOTC regional/national	SOTC regional/national	keine
KADERGRÖSSE	4-5	4-5	2-4 (eher 4)	2-4	2-4 (eher 2)	2
BEMERKUNGEN		Weitere U13 Spieler und Spielerinnen als Sparring können Teil des Trainings am Donnerstagabend sein.	Bei Deselektion Möglichkeit als SparringspielerIn nach Bedarf und Platz eingesetzt zu werden.	Bei Deselektion Möglichkeit als SparringspielerIn nach Bedarf und Platz eingesetzt zu werden.	Bei Deselektion Möglichkeit als SparringspielerIn nach Bedarf und Platz eingesetzt zu werden.	Bei Deselektion Möglichkeit als SparringspielerIn nach Bedarf und Platz eingesetzt zu werden.

*Die Auswahl der Turniere hängt stark von der Zielsetzung und dem Potential der einzelnen Spieler und Spielerinnen ab. Das hier aufgeführte Minimum richtet sich an Spieler und Spielerinnen, welche das Potential für das Erreichen des Minimalziels des RLZs haben.

**Eine SOTC ist ab U15 eine Voraussetzung, damit genügend Trainingsstunden absolviert werden können. Jedoch ist der Erhalt einer SOTC nicht gleichbedeutend einer Selektion für das RLZ.

3.2 Ergänzungen Athletenweg der U11

In der Kategorie der U11 liegt die Hauptverantwortung für die Entwicklung der Junioren und Juniorinnen bei den Clubs. Ergänzend können Kinder mit einer hohen Eigenmotivation ein zusätzliches Training mit dem RLZ besuchen.

Ziel ist es, die Freude am Sport zu vermitteln und den Grundstein für eine technische und taktische Ausbildung zu legen.

Auch sollen bereits erste Erfahrungen an vor allem regionalen Wettkämpfen gesammelt werden. Dabei soll darauf geachtet werden, dass erste Punkte für das nationale Ranking gesammelt werden können.

Wochenübersicht U11 – Trainings mit RLZ

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
morgens		Training		Training		
vormittags						
nachmittags			Training 1		Training	
	Training 1		Training 2		Krafttraining	
abends	Training 2			Training 1		
				Training 2		

3.3 Ergänzungen Athletenweg der U13

In der Kategorie der U13 übernimmt das RLZ die Hauptverantwortung für die Entwicklung der Junioren und Juniorinnen, dies in Zusammenarbeit mit den Clubs. Der Spieler oder die Spielerin absolviert zwei (erstes Jahr U13) bis drei (zweites Jahr U13) Einheiten mit dem RLZ, ergänzend dazu eine Einheit mit dem Club.

Ziel ist es, die Freude am Sport zu vermitteln und die technischen, taktischen und physischen Grundlagen zu erlernen.

Die Spielerinnen und Spieler sollen an ihren ersten nationalen Wettkämpfen teilnehmen. Die Turniere der Swiss Badminton Junior Series haben die oberste Priorität.

Für eine Selektion in den Pool der U13 wird eine hohe Eigenmotivation, eine gute Koordination und ein gutes Körpergefühl vorausgesetzt.

Wochenübersicht U13 – Trainings mit RLZ

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
morgens		Training		Training		
vormittags						
nachmittags			Training 1		Training	
	Training 1		Training 2		Krafttraining	
abends	Training 2			Training 1		
				Training 2		

3.4 Ergänzungen Athletenweg der U15

In der Kategorie der U15 übernimmt das RLZ die vollumfängliche Verantwortung für die Entwicklung der Junioren und Juniorinnen. Der Spieler oder die Spielerin absolviert fünf Trainingseinheiten mit dem RLZ. Zudem wird pro Woche eine Stunde Krafttraining absolviert.

Ziel ist es, die Freude am Sport beizubehalten und die technischen, taktischen und physischen Grundlagen zu erlernen.

Die Spielerinnen und Spieler nehmen an nationalen Wettkämpfen teil und sammeln erste Erfahrungen an internationalen Turnieren. Priorität haben die Turniere der Swiss Badminton Junior Series.

Für eine Selektion in die U15 müssen die Athleten und Athletinnen das Potential haben, an der erweiterten nationalen Spitze mitzuspielen.

Wochenübersicht U15 – Trainings mit RLZ

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
morgens		Training*		Training*		
vormittags						
nachmittags			Training 1		Training	
	Training 1		Training 2		Krafttraining	
abends	Training 2			Training 1		
				Training 2		

*eines der beiden Morgentrainings sollte absolviert werden.

3.5 Ergänzungen Athletenweg der U17

In der Kategorie der U17 übernimmt das RLZ die vollumfängliche Verantwortung für die Entwicklung der Junioren und Juniorinnen. Der Club kann das Trainingsangebot ergänzen. Der Spieler oder die Spielerin absolviert sechs Trainingseinheiten mit dem RLZ. Zudem wird pro Woche eine Stunde

Krafttraining absolviert. Optimalerweise absolvieren die Athleten und Athletinnen wöchentlich selbstständig ein zweites Krafttraining.

Ziel ist es, die Freude am Leistungssport beizubehalten, die technischen, taktischen und physischen Grundlagen zu verbessern. Als zweite Priorität werden zudem zum ersten Mal Resultatziele verfolgt.

Die Spielerinnen und Spieler nehmen an nationalen Wettkämpfen teil und sammeln weitere Erfahrungen an internationalen Turnieren. Priorität haben die Turniere der Swiss Badminton Junior Series.

Für eine Selektion in die U17 müssen die Athleten und Athletinnen ihr Potential bestätigt haben, an der erweiterten nationalen Spitze mitspielen zu können.

Wochenübersicht U17 – Trainings mit RLZ

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
morgens		Training		Training		
vormittags	<i>Kraft ind.</i>					
nachmittags			Training 1		Training	
	Training 1		Training 2		Krafttraining	
abends	Training 2	<i>Training Club</i>		Training 1	<i>Training Club</i>	
				Training 2		

3.6 Ergänzungen Athletenweg der U19

In der Kategorie der U19 hat das RLZ die Verantwortung für die Entwicklung der Junioren und Juniorinnen, dies jedoch in Zusammenarbeit mit einem Club. Ein Club muss das Trainingsangebot des RLZs ergänzen. Der Spieler oder die Spielerin absolviert fünf Trainingseinheiten mit dem RLZ. Zudem wird eine Stunde pro Woche geleitetes Krafttraining absolviert. Zusätzlich absolvieren sie wöchentlich selbstständig ein zweites Krafttraining.

Ziel ist es, die technischen, taktischen und physischen Fähigkeiten so weit zu verbessern, damit die Spieler und Spielerinnen genügend gut ausgebildet sind, um später in einer Nationalliga zu spielen. Als zweite Priorität werden zudem Resultatziele verfolgt.

Die Spielerinnen und Spieler nehmen an nationalen Elite-Wettkämpfen teil und sammeln weitere Erfahrungen an internationalen Turnieren. Priorität haben die nationalen Elite-Turniere und die Turniere der Swiss Badminton Junior Series.

Für eine Selektion in die U19 müssen die Athleten und Athletinnen das Niveau eines 1. Ligaspielers bei den Herren und das Niveau einer NLB - Spielerin bei den Frauen haben, um vom ganzen Trainingsangebot profitieren zu können.

Wochenübersicht U19 – Trainings vorgegeben von RLZ

3.7 Ergänzungen Athletenweg der O19

In der Kategorie der O19 haben die Clubs oder das NLZ in Bern die Verantwortung für die Entwicklung der Spielerinnen und Spieler. Das RLZ kann bei Spielerinnen und Spielern mit dem Potential für das NLZ als ergänzende Trainingsmöglichkeit dienen.

Weiter kann das RLZ nach Bedarf und Platz Spielerinnen und Spieler der Kategorie O19 als

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
morgens		Training		Training		
vormittags	<i>Kraft ind.</i>				<i>Kraft</i>	
nachmittags			Training 1		Training	
	Training 1		Training 2		Krafttraining	
abends	Training 2	<i>Training Club</i>		Training 1	<i>Training Club</i>	
				Training 2		

Sparringpartner oder -partnerin in einzelne Trainings einladen.