



Ausbildungskonzept

SWISS
TRIATHLON

Inhaltsverzeichnis

1	SWISS TRIATHLON.....	4
1.1	Leitbild.....	4
1.2	Ausbildung bei Swiss Triathlon.....	4
1.3	Ziele	4
1.4	Zielpublikum.....	5
1.4.1	Trainer	5
1.4.2	J+S-Coach	5
1.4.3	J+S-Experten	5
1.4.4	Technical Officials	5
1.4.5	Athleten	5
1.5	Partner.....	6
1.5.1	Bundesamt für Sport.....	6
1.5.2	Verbände der Teildisziplinen	6
1.5.3	Schweizerische Lebensrettungsgesellschaft.....	6
1.5.4	Kantone	6
1.5.5	Armee	6
2	AUS- UND WEITERBILDUNGSANGEBOT FÜR TRAINER	7
2.1	Allgemein	7
2.1.1	Zulassungskriterien	7
2.1.2	J+S-Kindersport.....	7
2.1.3	1418coach.....	7
2.1.4	Übersicht der Trainerausbildungsstruktur	8
2.1.5	Karriereplanung und Fortbildung.....	9
2.2	Grundausbildung.....	9
2.2.1	Übersicht	9
2.2.2	Ziele.....	9
2.2.3	Grundkurs.....	10
2.2.4	Einführungskurs für Triathlon-Trainer mit ausländischem Diplom.....	10
2.2.5	Einführungskurs für J+S-Leiter der Teildisziplinen (Schwimmen, Rad, Laufen) 10	
2.2.6	Qualifikation.....	10
2.3	Weiterbildung 1	11
2.3.1	Übersicht	11
2.3.2	Ziele.....	11
2.3.3	Pflichtmodul «Triathlon verstehen».....	11
2.3.4	Ergänzende Wahlmodule	12
2.3.5	Qualifikation.....	12

2.4	Weiterbildung 2	13
2.4.1	Übersicht.....	13
2.4.2	Ziele	13
2.4.3	Fachkompetenz.....	13
2.4.4	Prüfung	14
2.4.5	Qualifikation.....	14
2.5	Weiterbildung 2 Leistungssport.....	14
2.5.1	Überblick	14
2.5.2	Ziele	14
2.5.3	Einführung in den Leistungssport Teil 1	15
2.5.4	Einführung in den Leistungssport Teil 2	15
2.5.5	Portfolio	15
2.5.6	Qualifikation	15
2.6	Trainer Leistungssport	15
2.7	Trainer Spitzensport.....	16
2.8	Äquivalenzen	16
3	J+S-EXPERTE	17
3.1	Übersicht	17
3.2	Ziele	17
3.3	Expertenkurs Teil 1	17
3.4	Expertenkurs Teil 2.....	18
3.5	Qualifikation	18
4	J+S-COACH	19
4.1	Übersicht	19
4.2	Ziele	19
4.3	J+S-Coach Kurs	19
4.4	Qualifikation	19
5	TECHNICAL OFFICIALS	20
5.1	Übersicht.....	20
5.2	Ziele	20
5.3	Regional Technical Official 1 – RTO 1	20
5.4	Regional Technical Official 2 – RTO 2	20
5.5	National Technical Official Level 1 – NTO (WT Level 1)	21
5.6	Continental Technical Official – CTO (WT Level 2) & International Technical Official – ITO (WT Level 3)	21
6	ANHANG.....	22
6.1	FTEM-Modell.....	22

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde im Dokument ausschliesslich die männliche Form gewählt, nichtsdestoweniger beziehen sich die Angaben auf die Angehörigen aller Geschlechter.

1 Swiss Triathlon

1.1 Leitbild

Swiss Triathlon ist der Schweizerische Fachverband für Ausdauer-Multisportarten wie Triathlon, Duathlon, Aquathlon, Winter Triathlon und alle weiteren multidisziplinären Ausdauersportarten, die im Folgenden unter dem Begriff Triathlon zusammengefasst sind. Swiss Triathlon ist Mitglied von World Triathlon, von Europe Triathlon und von Swiss Olympic. Wir sind offen gegenüber neuen Trends und Entwicklungen. Unser Hauptziel ist die Verbreitung und Förderung der erwähnten Verbandssportarten sowie die Steigerung ihres Stellenwertes in der Öffentlichkeit. Wir schaffen optimale Rahmenbedingungen für die Ausübung der Verbandssportarten im Breitensport, im Nachwuchs und im Leistungssport, setzen uns für die Sportethik und Fairplay ein und sind strikte gegen den Gebrauch von leistungssteigernden Dopingmitteln. Wir nehmen Stellung zu gesellschaftlichen, politischen und wirtschaftlichen Fragen und Problemen, welche sich unmittelbar auf die Ausübung und Entwicklung der Verbandssportarten auswirken.

1.2 Ausbildung bei Swiss Triathlon

Wir fördern den Triathlonsport durch kompetente und ansprechende Aus- und Weiterbildungen für Trainer, Coaches, Experten, Technical Officials und Athleten in enger Zusammenarbeit mit unseren Partnern. Die verschiedenen Ausbildungen sowie deren Ziele und Inhalte sind im vorliegenden Ausbildungskonzept erfasst.

1.3 Ziele

Swiss Triathlon hat den Anspruch zusammen mit unseren Partnern eine qualitativ hochstehende Ausbildung auf allen Stufen anzubieten. Angegliedert an das FTEM-Modell (Sport- und Athletenentwicklung) beinhaltet dies die komplette Bandbreite von der Foundation bis zur Mastery.

Um diese Ziele zu erreichen, hat sich Swiss Triathlon verpflichtet...

- ... die Ausübung des Sports in einer möglichst sicheren Umgebung zu gewährleisten.
- ... die Verhaltensgrundsätze von Jugend und Sport (J+S), die Ethik Charta von Swiss Olympic, sowie den Code of Conduct des Verbands stets einzuhalten.
- ... das Angebot nach dem FTEM-Modell stufengerecht zu gestalten.
- ... gut ausgebildete und aktive J+S-Experten in allen Angeboten einzusetzen.
- ... die neusten Erkenntnisse aus der Wissenschaft zu integrieren.
- ... das Angebot kritisch zu hinterfragen und Änderungen speditiv um zu setzen.

1.4 Zielpublikum

1.4.1 Trainer

Das primäre Zielpublikum der Ausbildung sind die Trainer. Von den Vereinstrainern, welche die lokalen Kinder auf der Stufe der Foundation an den Triathlon heranführen, bis zum Diplomtrainer welche Athleten auf Stufe Elite oder Mastery an den Olympischen Spielen betreuen, soll eine sinnvolle Ausbildung oder Unterstützung gewährleistet werden. Aufgrund der sehr unterschiedlichen Anforderungen an die Trainer ist das Ausbildungssystem an verschiedene Stufen gekoppelt. Je nach Level und Stufe werden die Verbandsanerkennungen Trainer C-, Trainer B- und Trainer A-Diplom verliehen. Die Titel Trainer Leistungssport sowie Trainer Spitzensport sind eidgenössische Fachausweise welche zusätzlich erlangt werden können.

1.4.2 J+S-Coach

J+S-Coaches sind die Kontaktpersonen für J+S-Leiter, die Verbindungsstelle zum kantonalen Sportamt sowie Berater, Koordinatoren und Initianten von Neuerungen. In den Ausbildungsclubs nehmen sie die wichtige Aufgabe der Koordination mit J+S wahr. Sie führen die Clubangebote in der J+S-Datenbank, kontrollieren die Erfassung der Trainingsteilnehmer und rechnen die Angebote am Ende korrekt ab. Die J+S-Coaches führen, beraten und begleiten die Trainer innerhalb der Vereine. Insofern ist es wichtig, dass sie über die aktuellen Möglichkeiten stets informiert sind. Die Karriereplanung der Clubtrainer gehört zu ihren Kernkompetenzen.

1.4.3 J+S-Experten

J+S-Experten bilden J+S-Leitende aus. Das Expertenteam arbeitet aktiv zusammen und verbessert das Ausbildungsangebot stetig. In der sportartspezifischen Aus- und Weiterbildung erweitern sie die Handlungskompetenzen der J+S-Leitenden und helfen mit, die Grundsätze von J+S sowie dem Verband weiter zu geben.

1.4.4 Technical Officials

Die Technical Officials (TOs) bilden eine grundlegende Säule für den Erfolg von Veranstaltungen und die Entwicklung des Sports. TOs helfen, Sicherheit und Fair Play bei Wettkämpfen zu gewährleisten und schaffen ideale Rahmenbedingungen für alle Sportler.

1.4.5 Athleten

Die Ausbildung der Athleten ist im Wesentlichen Aufgabe der Vereine. Swiss Triathlon unterstützt das Training von Athleten ab einem bestimmten Leistungsniveau durch Juniorenlager, Teamaktivitäten, das nationale Leistungszentrum, die Entsendung von Delegationen an internationale Wettkämpfe und weitere Massnahmen. Ab welcher Stufe, welche Unterstützungen möglich sind, können dem FTEM-Modell entnommen werden. Eine gute Ausbildung der Athleten ist sehr wichtig, damit sie in der ganzen Schweiz zu Botschaftern des Triathlons werden können. Mit ihrer grossen Erfahrung innerhalb der Sportart bieten sie gute Voraussetzung als potenzielle zukünftige Trainer. Swiss Triathlon ist bestrebt aktive oder ehemalige Athleten in die Ausbildung einzubeziehen damit sie ihr Wissen weitergeben können.

1.5 Partner

1.5.1 Bundesamt für Sport

Im Bereich der Ausbildung arbeitet Swiss Triathlon mit dem Bundesamt für Sport (BASPO) und dessen Förderprogrammen zusammen. Angegliedert an das FTEM-Modell ist dies im Bereich der Foundation und Talent im Altersbereich von 5 bis 20 Jahre J+S. Die Trainerbildung Schweiz bietet nach der Trainerausbildung durch J+S weiterführende Kurse an. Auch besteht dort die Möglichkeit die Berufsprüfung zum Trainer Leistungssport mit eidgenössischem Fachausweis zu absolvieren. Das Angebot ist dabei auf die Stufe Talent und Elite ausgerichtet.

1.5.2 Verbände der Teildisziplinen

Swiss Triathlon arbeitet mit den Verbänden der drei Teildisziplinen zusammen, um eine qualitativ hochwertige Ausbildung gewährleisten zu können. Namentlich sind dies Swiss Aquatics, Swiss Cycling sowie Swiss Athletics. Auf den einzelnen Stufen finden gemeinsame Kurse statt, um die Zusammenarbeit zu fördern und Wissen auszutauschen.

1.5.3 Schweizerische Lebensrettungsgesellschaft

Swiss Triathlon unterhält eine gute Partnerschaft und enge Beziehungen zur Schweizerischen Lebensrettungsgesellschaft (SLRG). Der Sicherheit bei Wasseraktivitäten wird grosse Bedeutung beigemessen. In einem Pilotprojekt wird die SLRG Ausbildung des Brevet Plus Pool sowie - wo möglich - das Modul See im Grundkurs integriert.

1.5.4 Kantone

Die Kantone sind auf Stufe Grundausbildung die Träger des Angebotes. In Zusammenarbeit mit dem Verband organisieren sie Kurse in den jeweiligen Sprachregionen und ermöglichen somit den Einstieg in die Triathlon-Ausbildung.

1.5.5 Armee

Die Armee ist insofern ein wesentlicher Partner, als dass sie die Ausbildung von Militärsportleitern an der Rekrutenschule der Elitesportler ermöglicht. Die jungen Rekruten können nach Abschluss des Militärsportleiters eine Äquivalenz zum J+S-Leiter Triathlon über das kantonale Sportamt beantragen.

2 Aus- und Weiterbildungsangebot für Trainer

2.1 Allgemein

2.1.1 Zulassungskriterien

Um eine Ausbildung im Bereich von J+S sowie der Trainerbildung Schweiz zu besuchen, müssen folgende Kriterien erfüllt sein:

- Mindestalter von 18 Jahren (Ausnahme bei 1418coach Angeboten)
- Wohnsitz in der Schweiz oder im Fürstentum Liechtenstein oder eine Tätigkeit bei einem Verein in der Schweiz
- Erste Erfahrungen und Kenntnisse der Sportart
- Verpflichtung zur regelmässigen Tätigkeit als J+S-Leiter
- Anmeldung oder Empfehlung durch den eigenen Verein oder durch Swiss Triathlon

Einzelne Kurse oder Module besitzen zudem spezifische Zulassungskriterien. Diese sind im Beschrieb des jeweiligen Kurses respektive Moduls erwähnt.

2.1.2 J+S-Kindersport

Im Bereich des Kindersports (5-10 Jahre) bietet J+S diverse Kurse an. Die Module sind dabei sportartenübergreifend. Der Verband empfiehlt zuerst den Grundkurs Triathlon in der Jugendausbildung zu besuchen und anschliessend einen Einführungskurs J+S-Kindersport zu absolvieren.

2.1.3 1418coach

1418coach bietet in diversen Kantonen die Möglichkeit 14 bis 18-jährige als Hilfsleiter ausbilden zu lassen. Die 1418coaches können danach Trainings im Verein unter der Aufsicht eines J+S-Leiters übernehmen und bereits erste Erfahrung im Coaching sammeln. Dies ermöglicht einen optimalen Übergang von Sportler zu Leiter. Je nach Kanton lösen diese Aktivitäten zusätzliche Subventionen für den Verein aus. Aktuell läuft die Teilnahme über einen Kurs «übrige Sportarten» innerhalb des 1418coach Programms. Weitere Infos dazu sind unter www.1418coach.ch zu finden.

2.1.4 Übersicht der Trainerausbildungsstruktur



Nach Erfüllen der Zulassungskriterien bildet die Grundausbildung mit dem Grundkurs oder den Einführungskursen auf Stufe Foundation 1 + 2 den Einstieg in die Trainerausbildung. Die Weiterbildung 1 erweitert das Wissen sinnvoll und gibt den Trainern Wahlmöglichkeiten sich in spezifischen Bereichen zu vertiefen. Nach erfolgreichem Abschluss des Pflichtmoduls und zwei weiteren Wahlmodulen wird das Trainer C Diplom erlangt. Im Bereich des Talent 1 hilft die Weiterbildung 2 das Fachwissen zu erweitern und testet das Wissen der Trainer mit einer mündlichen und

schriftlichen Prüfung. Bei Erfolg winkt das Trainer B Diplom und die Möglichkeit die Ausbildung zum Experten oder die Weiterbildung 2 Leistungssport zu besuchen. In einem sportartenübergreifenden Kurs wird darin der erste Teil absolviert. Die Hospitation auf Stufe Talent 2 im zweiten Teil des Kurses hilft direkt von ausgebildeten Trainern zu lernen und den eigenen Stil zu entwickeln. Nach erfolgreichem Abschluss dieser Ausbildungsstufe wird das Trainer A Diplom verliehen. Die Trainerbildung Schweiz bietet nun auf Stufe Talent 3 die Ausbildungen zum Trainer Leistungssport mit eidgenössischem Fachausweis an. Der weiterführende Diplomtrainerlehrgang ab Stufe Talent 4 mit seinen Kursen und der höheren Fachprüfung runden das Angebot ab.

2.1.5 Karriereplanung und Fortbildung

Eine nachhaltige Karriereplanung ist zentral. Aus diesem Grund stehen mit dem J+S-Coach des Vereins sowie dem Ausbildungsverantwortlichen des Verbands zwei Ansprechpersonen zur Verfügung. Zusammen mit dem Thema Ethik ist die Karriereplanung ein zentraler Baustein aller Kurse. Grundsätzlich müssen alle J+S-Anerkennungen alle zwei Jahre aufgefrischt werden. Auch eine Weiterbildung auf gleicher oder höherer Stufe verlängert den Status als aktiver J+S-Leiter. Jeder ausgebildete Trainer ist selbst dafür verantwortlich sich regelmässig für die Fortbildungsmodule anzumelden.

2.2 Grundausbildung

2.2.1 Übersicht

 <p>FOUNDATION 1+2</p>	<p>Grundausbildung (4-6 Tage) J+S - Leiter Triathlon Jugendsport</p>	
	<p>J+S-Leiterkurs inkl. SLRG-Brevet Plus Pool 5-6 Tage</p>	<p>Einführungskurs für J+S-Leiter Schwimmen, Radfahren und Leichtathletik 2+2 Tage</p> <p>Einführungskurs für Triathlon Trainer mit ausländischem Diplom 2+2 Tage</p>
<p><i>Zulassungsbedingungen</i> BLS/AED oder Nothelfer</p>		<p>SLRG Brevet Plus Pool, BLS/AED oder Nothelfer</p>

2.2.2 Ziele

Für die Grundausbildung gibt es folgende Lern- und Verhaltensziele: Nach erfolgreichem Absolvieren der Ausbildungsstufe hat der Trainer...

- ... die Fähigkeiten und das Wissen Trainings für Kinder und Jugendliche bis Stufe Foundation zu gestalten und zu leiten.
- ... Kenntnisse der Verhaltensgrundsätze in der Aus- und Weiterbildung.
- ... Kenntnisse des J+S-Ausbildungsverständnis.
- ... ein Verständnis der Sportart Triathlon sowie des Unterrichtens.
- ... Kenntnisse der relevanten Erscheinungs-, und Trainingsformen sowie der Entwicklungsfaktoren.
- ... Kenntnisse der sportartspezifisch relevanten Sicherheitsaspekte und kann eine Gruppe sicher führen.

... Wissen über den Swiss Triathlon Verband sowie dessen Ausbildungsstruktur inklusive der Karriereplanung.

2.2.3 Grundkurs

Der Grundkurs, auch J+S-Leiterkurs genannt bildet den Einstieg in die Trainerausbildung. In einem fünf- bis sechstägigen Kurs erlernen die angehenden J+S-Leiter die Fähigkeit Trainings für Kinder und Jugendliche auf Stufe Foundation 1 + 2 zu gestalten und zu leiten. In der Theorie bilden Themen wie Verhaltensgrundsätze und Ausbildungsverständnis den Einstieg. Die Bereiche Vermitteln, Fördern, Innovieren und Umfeld pflegen begleiten die Teilnehmer in Theorie und Praxis. Die Erscheinung- und Trainingsformen innerhalb des Triathlons gilt es zu beleuchten und spezifisch in die Trainings zu integrieren. Relevante Sicherheitsaspekte werden vermittelt und das Wissen 1:1 in der Praxis mit Kindern und Jugendlichen angewandt.

2.2.4 Einführungskurs für Triathlon-Trainer mit ausländischem Diplom

Für qualifizierte Triathlon Trainer aus dem Ausland gibt es die Möglichkeit eines erleichterten Einstiegs. Sie lernen in einem zweitägigen Kurs das Schweizer Sportsystem, das J+S-Ausbildungsverständnis sowie die Ausbildungsstruktur kennen. An zwei weiteren Tagen werden die aktuellen Informationen rund um den Verband und den Triathlon in der Schweiz vermittelt. Mit dem erfolgreichen Abschluss des Einführungskurses wird analog zum Grundkurs der J+S-Leiter Triathlon verliehen. Falls ein Trainer im Ausland bereits eine höhere Ausbildung absolviert hat, kann er beim Verband einen Einstufungs-Antrag für eine höhere Anerkennung einreichen.

2.2.5 Einführungskurs für J+S-Leiter der Teildisziplinen (Schwimmen, Rad, Laufen)

Inhaber einer J+S-Leiterausbildung aus einer der Teildisziplinen werden in das Triathlon-Ausbildungssystem integriert. In einem zweitägigen Einführungskurs entwickeln sie ein Verständnis der Sportart Triathlon. An zwei weiteren Tagen werden die aktuellen Informationen rund um den Verband und den Triathlon vermittelt.

2.2.6 Qualifikation

Nach Abschluss des Grund- oder Einführungskurs wird der Titel J+S-Leiter Triathlon Jugendsport verliehen. Die Qualifikation berechtigt zum Leiten von Trainings mit Kindern und Jugendlichen im Alter von 10 bis 20 Jahren nach den Standards von J+S innerhalb eines Vereins. Durch die Anmeldung der Kurse und Abrechnung der Teilnehmerstunden können via J+S Subventionsgelder geltend gemacht werden. Für das Leiten einer Gruppe im Kindersport (fünf bis zehn Jahre) ist ein zusätzlicher Einführungskurs im J+S-Kindersport nötig.

2.3 Weiterbildung 1

2.3.1 Übersicht

Die Stufe Weiterbildung 1 bietet den Trainern eine Fortsetzung zum Grundkurs mit einer Vertiefung und Erweiterung des Wissens auf Stufe Foundation 3. Das Ziel ist es, die spezifischen Aspekte des Triathlons, sowie die technischen Elemente der drei Teilsportarten zu vertiefen. Zugelassen für die Module der Weiterbildung 1 sind alle J+S-Leiter Triathlon im Status gültig oder weggefallen. Das Modul «Triathlon verstehen» muss als Pflichtmodul besucht werden, die weiteren Wahlmodule stellt sich der Trainer je nach Interesse selbst zusammen. Die Reihenfolge der Module kann frei gewählt werden.



2.3.2 Ziele

Für die Weiterbildung 1 gibt es folgende Lern- und Verhaltensziele: Nach erfolgreichem absolvieren der Ausbildungsstufe hat der Trainer...

- ... die Fähigkeiten und das Wissen Kinder und Jugendliche der Stufe Foundation 3 zu betreuen.
- ... ein vertieftes Wissen der Teildisziplinen.
- ... Kenntnisse der relevanten Unterschiede des Triathlons im Vergleich zu den drei Einzeldisziplinen.
- ... Kenntnisse des FTEM-Athletenwegs und der zugehörigen Selektionstests nach PISTE.
- ... die Fähigkeit zielführende Trainingsvariationen für heterogene Gruppen zu erstellen.

2.3.3 Pflichtmodul «Triathlon verstehen»

Im viertägigen Pflichtmodul «Triathlon verstehen» lernen die Teilnehmer die Besonderheiten des Triathlonsports kennen und erhalten einen Einblick in die Nachwuchsselektion. Das Ziel ist es, das Wissen zu erweitern und spezifisch auf die einzelnen Disziplinen einzugehen. Der Athletenweg von der Stufe Foundation bis hin zum Talent wird dabei verdeutlicht und das FTEM-Modell in der Praxis angewandt.

2.3.4 Ergänzende Wahlmodule

Die ergänzenden Wahlmodule bieten den Trainern die Möglichkeit sich in verschiedenen Bereichen zu vertiefen. Durch die Zusammenarbeit mit den anderen Verbänden soll zudem ein Wissenstransfer gewährleistet werden. Im Bereich des Schwimmens können, dank der Zusammenarbeit mit Swiss Aquatics, die Module Schwimmtechnik, Open Water sowie Videoanalysen besucht werden. Im Bereich des Radfahrens bietet sich die Möglichkeit, das Technik und Taktik Modul von Swiss Cycling zu besuchen. Swiss Athletics bietet den Kurs «Mittel-/Langstrecken» an welches als Wahlmodul angerechnet werden kann. Abgerundet wird das Angebot der Wahlmodule durch «Teildisziplin Rad» und «Teildisziplin Lauf» von Swiss Triathlon.

2.3.5 Qualifikation

Mit dem erfolgreichen Abschluss des Pflichtmoduls «Triathlon verstehen» sowie mindestens zwei weiteren Modulen erlangt der Trainer das C Diplom. Er besitzt nun das gesamte Rüstzeug um Athleten der Stufe Foundation zu betreuen.

2.4 Weiterbildung 2

2.4.1 Übersicht

Die Weiterbildung 2 bildet den nächsten sinnvollen Schritt in der Ausbildung eines Trainers. Ziel ist es, das Fachwissen zu vertiefen, sowie einen Athleten unter Berücksichtigung des FTEM-Modells auf Stufe Talent 1 betreuen zu können. Zugelassen zur Ausbildung sind Trainer welche die Weiterbildung 1 erfolgreich abgeschlossen und somit das Trainer C Diplom erlangt haben.



2.4.2 Ziele

Für die Weiterbildung 2 gibt es folgende Lern- und Verhaltensziele: Nach erfolgreichem absolvieren der Ausbildungsstufe hat der Trainer...

- ... die Fähigkeiten und das Wissen Jugendliche im leistungsorientierten Nachwuchssport auf Stufe Talent 1 zu betreuen und optimal zu fördern.
- ... seine Kompetenz in den Bereichen Trainingsplanung, -methoden und -kontrollen erweitert.
- ... die Fähigkeit eine Trainings- und Saisonplanung auf Stufen der Foundation und Talent 1 für einen Athleten oder eine Gruppe zu erstellen.
- ... Kenntnisse der Key Performance Indikatoren (KPI), des psychischen und physischen Anforderungsprofils.
- ... einen Einblick in die Leistungsdiagnostik und die damit verbundene Trainingssteuerung erlangt.
- ... erweiterte Kenntnisse triathlonspezifischer Trainingsformen und deren Umsetzung in der Praxis.

2.4.3 Fachkompetenz

Das Modul Fachkompetenz findet an insgesamt vier Tagen statt. Darin wird das Fachwissen im Triathlon weiter vertieft. Die Trainer werden ausgebildet, Athleten auf Stufe Talent zu betreuen. Es werden die Auswertung einer Leistungsdiagnostik sowie die Erstellung einer Saisonplanung vermittelt. Sowohl individuell für einen Athleten, als auch für eine Trainingsgruppe .

2.4.4 Prüfung

Die Prüfung dient als Wissensnachweis und Qualitätsstandard. Aufgeteilt in eine praktische und theoretische Prüfung stellen die Trainer ihr Fachwissen im Bereich Triathlon unter Beweis.

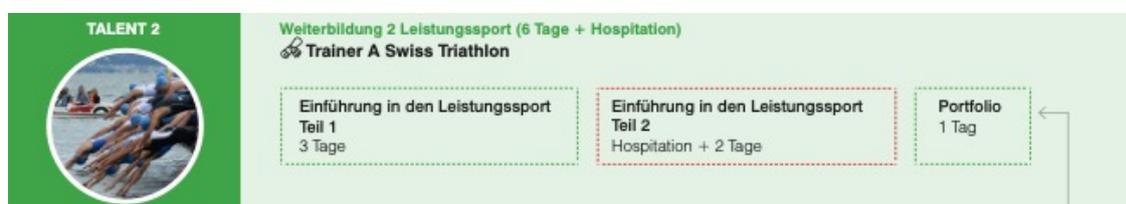
2.4.5 Qualifikation

Die Prüfung gilt als bestanden sofern mindestens die Note 2 (Skala 1-4) erreicht wird. Ein Trainingsbesuch (innerhalb der Clubstrukturen des Trainers) mit anschliessendem Feedback rundet die Ausbildung auf Stufe Weiterbildung 2 ab. Wird das Training als mindestens genügend eingestuft und die Prüfung als bestanden gewertet, erhält der Trainer das Trainer B Diplom. Mit dem erlangten Wissen kann der Trainer Athleten bis und mit Stufe Talent 1 betreuen.

2.5 Weiterbildung 2 Leistungssport

2.5.1 Überblick

Für Trainer welche im Leistungssport tätig sein wollen, bietet diese Ausbildungsstufe weitere Möglichkeiten. Ziel der Ausbildung ist es, die Kompetenz des Trainers spezifisch im Bereich des Leistungssports zu erweitern. Eine Zulassung zur Weiterbildung 2 Leistungssport ist nach erfolgreichem Abschluss der Stufe Weiterbildung 2 mit dem Trainer B Diplom möglich.



2.5.2 Ziele

Für die Weiterbildung 2 Leistungssport gibt es folgende Lern- und Verhaltensziele: Nach erfolgreichem absolvieren der Ausbildungsstufe hat der Trainer...

- ... die Fähigkeiten und das Wissen Jugendliche im leistungsorientierten Nachwuchssport auf Stufe Talent 2 im Triathlon zu betreuen und optimal zu fördern.
- ... Trainings aktuell aktiver Trainer im Leistungssport besucht, die Trainingsphilosophie von Swiss Triathlon kennen gelernt und eine persönliche Reflektion der erlebten Beispiele erstellt.
- ... eine vertiefte Selbstkompetenz erlangt sowie die eigene Trainerpersönlichkeit reflektiert.
- ... die Fähigkeit eine Karriereplanung seiner Athleten langfristig zu gestalten.

2.5.3 Einführung in den Leistungssport Teil 1

In einem sportartenübergreifenden Modul vertiefen die Teilnehmer ihre Kompetenzen im Bereich des Leistungssports. Das Nachwuchsförderungssystem wird ebenso beleuchtet, wie die FTEM Talentförderung und das Förderkonzept des Verbands.

2.5.4 Einführung in den Leistungssport Teil 2

Im zweiten Teil der Ausbildung beobachten die Teilnehmer verschiedene Trainings aktueller Trainer im Leistungssportbereich und schreiben eine Hospitation darüber. Sie führen selber Trainings mit Leistungssportlern durch und werden dabei von einem Experten betreut. Zudem erhalten sie Rückmeldung zum Leiten eigener Trainings und entwickeln dabei ihren eigenen Coachingstil.

2.5.5 Portfolio

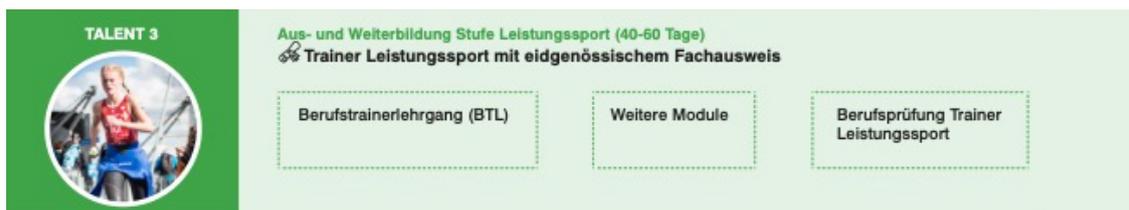
Das Portfolio rundet die Ausbildung auf Stufe Weiterbildung 2 Leistungssport ab. Dieser Kursteil hilft den Trainern, den eigenen Stil zu reflektieren und die Trainerpersönlichkeit zu stärken.

2.5.6 Qualifikation

Nach erfolgreichem Abschluss der Kursteile erlangt der Trainer das Trainer A Diplom. Auch Talente der Stufe 2 welche ihr Potenzial bestätigen und ein Commitment zum Leistungssport abgeben kann ein Trainer mit dieser Ausbildung betreuen.

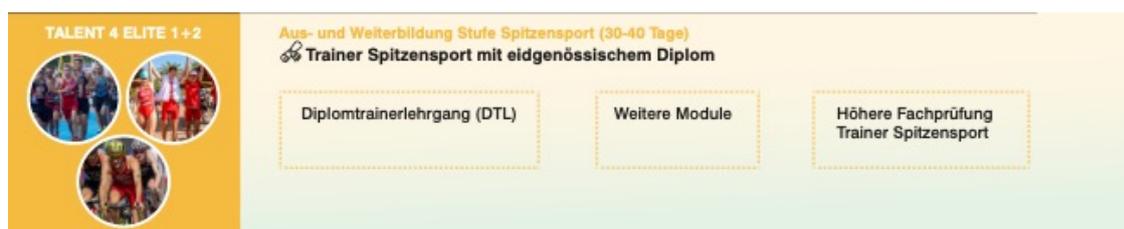
2.6 Trainer Leistungssport

Nach dem Erreichen des Trainer A-Diploms und Abschluss der Weiterbildung 2 Leistungssport bietet die Trainerbildung Schweiz ein weiterführendes Angebot auf Stufe Talent 3 an. Der modulare und interdisziplinäre Ausbildungsweg bietet dabei grosse Flexibilität, benötigt aber eine gute Planung. Innerhalb des Berufstrainer-Lehrgangs ist die Zusammenarbeit mit einem Coach Developer des Verbands unerlässlich. Eine sorgfältige Absprache und Planung zwischen dem angehenden Trainer Leistungssport, dem Coach Developer, der Trainerbildung Schweiz und dem Verband ist dabei zentral. Mit der bestandenen Berufsprüfung wird der Titel Trainer Leistungssport mit eidgenössischem Fachausweis verliehen.



2.7 Trainer Spitzensport

Als letzte Stufe steht nach Abschluss des Trainer Leistungssports noch die Ausbildung zum Trainer Spitzensport (ab Stufe Talent 4) offen. Der modulare und interdisziplinäre Ausbildungsweg bietet dabei grosse Flexibilität, benötigt aber eine gute Planung. Innerhalb des Diplomtrainer-Lehrgangs ist die Zusammenarbeit mit einem Coach Developer des Verbands unerlässlich. Eine sorgfältige Absprache und Planung zwischen dem angehenden Trainer Spitzensport, dem Coach Developer, der Trainerbildung Schweiz und dem Verband ist dabei zentral. Mit der bestanden höheren Fachprüfung wird der Titel Trainer Spitzensport mit eidgenössischem Diplom verliehen.



2.8 Äquivalenzen

Trainer mit einem «Bachelor/Master im Sport», einer «ausländischen Triathlon-Ausbildung» oder sehr «langer internationaler Erfahrung» können einen Antrag zur Prüfung einer entsprechenden Anerkennung einreichen. Swiss Triathlon prüft die eingehenden Dokumente und leitet diese an die Trainerbildung Schweiz weiter, welche zweimal pro Jahr die Anerkennungsverfahren prüft. Die Kosten dafür können dem Gebührenreglement im Anhang entnommen werden.

3 J+S-Experte

3.1 Übersicht

Wer sein Wissen im Bereich des Triathlons gerne weitergeben und Trainer nach den Richtlinien von J+S ausbilden möchte, kann die Fähigkeiten dazu in der J+S-Expertenausbildung erlangen. Die Zulassung erfolgt nur bei entsprechender Eignung und bei Bedarf in Absprache mit dem Verband. Das Ziel der Ausbildung ist es, die Teilnehmer auf das Unterrichten von J+S-Kursen vorzubereiten. Der Einstieg in die Expertenausbildung ist nach erfolgreichem Abschluss der Weiterbildung 2 möglich (es wird keine Ausbildung Weiterbildung 2 Leistungssport benötigt). Die Anmeldung des Experten erfolgt im Einvernehmen mit dem Verband. Die beiden Partner einigen sich auf einen Plan für die Beteiligung des künftigen Experten an der Ausbildung von Trainern. Im Anschluss an diese Planung wird der Experte zur Schulung angemeldet.

3.2 Ziele

Für die Expertenausbildung gibt es folgende Lern- und Verhaltensziele:
 Nach erfolgreichem absolvieren der Ausbildungsstufe hat der Experte...

- ... ein Rollenbewusstsein als Experte.
- ... Kenntnisse im Bereich der Erwachsenenbildung.
- ... einige Lektionen der Trainerausbildung selbständig vorbereitet und durchgeführt.
- ... Lektionen des Grundkurses hospitiert und reflektiert.
- ... eine vertiefte Selbst- und Kommunikations- und Methodenkompetenz erlangt.
- ... Kenntnisse der Planung und Durchführung von J+S-Leiterkursen.
- ... die Fähigkeiten und das Wissen, angehende J+S-Leiter auszubilden.

3.3 Expertenkurs Teil 1

Der 1. Teil des Expertenkurses wird als interdisziplinäres Modul mit anderen Sportarten angeboten. Neben der Einführung der Kompetenzen eines J+S-Experten wird der angehende Experte durch den Ausbildungsverantwortlichen des Verbands begleitet. Eine Lektion wird im Vorfeld geplant und während des Kurses mit den anderen Teilnehmern durchgeführt. Die Rückmeldungen helfen, die Lektion für den geplanten Einsatz im zweiten Teil des Expertenkurses zu verbessern. Auch der Einsatz im zweiten Teil der Ausbildung wird besprochen und geplant.

3.4 Expertenkurs Teil 2

Im 2. Teil des Expertenkurses ist der angehende Experte in einer oder diversen Ausbildungen aktiv. Er wird von einem ausgebildeten Experten betreut, lernt das Expertenhandwerk und leitet selber Lektionen.

3.5 Qualifikation

Nach erfolgreichem Abschluss des zweiten Kursteils erlangt man die Stufe des J+S-Experten. Man kann im Rahmen der J+S-Kurse eingesetzt werden und arbeitet als aktives Mitglied im Expertenteam an der Weiterentwicklung der Ausbildung sowie der Sportart.

4 J+S-Coach

4.1 Übersicht

J+S-Coaches sind die Kontaktpersonen für J+S-Leiter, die Verbindungsstelle zum kantonalen Sportamt sowie Berater, Koordinatoren und Initianten von Neuerungen. In den Ausbildungsclubs nehmen sie die wichtige Aufgabe der Koordination mit J+S wahr. Sie führen die Clubangebote bei J+S, kontrollieren die Erfassung der Trainingsteilnehmer und rechnen die Angebote am Ende korrekt ab.

4.2 Ziele

Für die Coachausbildung gibt es folgende Lern- und Verhaltensziele: Nach erfolgreichem absolvieren der Ausbildungsstufe hat der Coach...

- ... die Fähigkeiten alle Kurse, Lager und Trainings des Clubangebots in der J+S-Datenbank zu erfassen.
- ... die Anwesenheitsliste der Trainings zu überprüfen und zu vervollständigen.
- ... gelernt die Aufgabe die Karriereplanung der Trainer und Athleten zu unterstützen.
- ... die Fähigkeit als Bindeglied zwischen dem Club, dem Verband und J+S zu wirken.

4.3 J+S-Coach Kurs

Der J+S-Coach Kurs wird sportartunspezifisch vom kantonalen Sportamt durchgeführt und dauert mindestens drei Stunden. Dabei wird die Rolle als J+S-Coach erklärt sowie das J+S-System erläutert.

4.4 Qualifikation

Mit dem erfolgreichen Abschluss des Kurses wird der Titel J+S-Coach verliehen. Er berechtigt zum Führen eines J+S-Leiterteams innerhalb der J+S-Datenbank. Die Abrechnung von J+S-Angeboten (Trainings, Kurse, Lager) sowie die Anmeldung von neuen Kursen erfolgen jeweils über den J+S-Coach des jeweiligen Vereins.

5 Technical Officials

5.1 Übersicht

Die Rolle des Technical Officials (TO) ist ein grundlegender Bestandteil des Erfolges von Veranstaltungen und des Wachstums der Sportart. Die TOs helfen, faire und sichere Wettkämpfe zu garantieren und somit ideale Rahmenbedingungen für alle Athleten zu schaffen. Die fünf Stufen des Ausbildungsprogramms bauen aufeinander auf, somit muss zum Erreichen der nächsten Stufe zuerst die vorhergehende abgeschlossen werden



5.2 Ziele

Für die TO-Ausbildung gibt es folgende Lern- und Verhaltensziele: Nach erfolgreichem absolvieren der Ausbildungsstufe hat der TO...

- ... Kenntnisse über die sicherheitsrelevanten Faktoren
- ... Kenntnisse der Wettkampfrelemente und kann diese konsistent einsetzen
- ... die Fähigkeiten um als Schiedsrichter an Triathlonwettkämpfen eingesetzt zu werden

5.3 Regional Technical Official 1 – RTO 1

TOs der Stufe RTO-1 können als Assistant TOs bei allen nationalen Events im Einsatz stehen. Zusätzlich können sie bei lokalen und Club Events inklusive Regio League als Chief TOs eingesetzt werden.

5.4 Regional Technical Official 2 – RTO 2

Nach mindestens zwei Jahren in der Stufe RTO-1 können sich die TOs zur Ausbildung des RTO-2 anmelden. Nach erfolgreichem Abschliessen dieser, können sie als Chief TOs bei allen nationalen Events eingesetzt werden. Dabei übernehmen sie die Verantwortung eines Teilbereiches z.B. der Wechselzone.

5.5 National Technical Official Level 1 – NTO (WT Level 1)

Die NTO Stufe ist zugleich die erste Stufe für TOs der Internationalen Triathlon Union, welche die Grundstufe für internationale Wettkämpfe darstellt. Ein NTO kann als Head Referee oder Assistant Technical Delegate bei allen nationalen Wettkämpfen eingesetzt werden. Zusätzlich können sie als Technical Delegate bei regionalen Events im Einsatz stehen. Somit übernehmen sie die Verantwortung für einen Hauptbereich an Wettkämpfen. Zum Beispiel ist der Head Referee für alle finalen regeltechnischen Entscheidungen zuständig.

5.6 Continental Technical Official – CTO (WT Level 2) & International Technical Official – ITO (WT Level 3)

Die höchsten zwei Stufen repräsentieren ebenfalls die höchsten Stufen der ITU. Daher wird diese Ausbildung auch nur von der ETU resp. ITU durchgeführt.

Nach der abgeschlossenen Ausbildung, können TOs dieser Stufen als Technical Delegates bei allen nationalen Wettkämpfen eingesetzt werden. Dabei übernehmen sie die Verantwortung über alle technischen Bereiche und stehen dem Veranstalter als Berater zur Seite. Technical Delegates sind ebenfalls für die Koordination der TOs an der Veranstaltung verantwortlich.

6 Anhang

6.1 FTEM-Modell

	Foundation 1	Foundation 2	Foundation 3	Talent 1	Talent 2	Talent 3	Talent 4	Elite 1	Elite 2	MASTERY
Lern- und Leistungsstufe	Entdecken und Erweitern der Bewegungsgrundformen	Anwenden und Variieren der Bewegungsgrundformen	Sport spezifisches Engagement und Wechselaufbau	Interne Ziele setzen	Interne Ziele bestätigen	Trainerin und Ziele erreichen	Durchbruch und belohnt werden	Die Schweiz international präsentieren	International Erfolg haben	Dominiert der Sportart
Merkmale	Allgemeine Disziplinen Ausbildung	Aufbau und Verfeinern des Bewegungsrindenschatzes im Wasser und an Land	Training der drei Triathlon Disziplinen, Vorbereitung und Teilnahme an Wettkämpfen	Commitment zum Triathlon, Teilnahme an kalendaris und nationalen Wettkämpfen	Commitment zum Leistungssport, Teilnahme an kalendaris und nationalen Wettkämpfen	Orientierung im internationalen Leistungssport	Sportlich höchste Priorität, Anschluss an die nationale Szene schaffen (B14)	Etappen auf internationalem Niveau (W18/20)	Ersuchen von Podestplätzen bei internationalen Wettkämpfen	Mehrfache erfolgreiche Teilnahme an Olympischen Spielen
Kaderstufe				Regionalkader (14 - 19 Jahre)	Regionalkader (14 - 19 Jahre)	Regionalkader (14 - 19 Jahre)	Regionalkader (14 - 19 Jahre)	Regionalkader (14 - 19 Jahre)	A-Kader (20 Jahre)	A-Kader (20 Jahre)
Selektionskriterien (Kader)				PSITE	PSITE	PSITE	PSITE	PSITE	PSITE	PSITE
Schule/Ausbildung/Beruf	Sportgruppe HTK Kindergarten Primarschule	Kindergarten Primarschule	Primarschule Sekundarschule	Sekundarschule Sportchule	Sportchule Berufsaufbau in einem leistungs sportfreundlichen Lehrberuf	Sportchule Berufsaufbau in einem leistungs sportfreundlichen Lehrberuf	Sportchule Berufsaufbau in einem leistungs sportfreundlichen Lehrberuf	Ein auf den Sport abgestimmtes Studium oder Teilzeitarbeit/berufliche Ausbildung	Profipartner	Profipartner
Belastung durch Schule und Beruf		100%	100%	100%	90%	80%	60%	40%	Sport als Beruf	Sport als Beruf
Unterstützung des Verbandes				Trainingstage und Trainerbegleitung durch Regio Coach	Trainingstage und Trainerbegleitung durch National Coach, Junioren oder Regio Coach	Trainingstage und Trainerbegleitung durch National Coach, Junioren oder Regio Coach	Trainingstage und Trainerbegleitung durch National Coach Elite (U23)	Trainingstage und Trainerbegleitung durch National Coach Elite (U23)	Trainingstage und Trainerbegleitung durch National Coach Elite (U23)	Trainingstage und Trainerbegleitung durch National Coach Elite (U23)
Training- und Entwicklungsfeld	Familie Freizeitsport Lokales Sportangebot Ausbildungsklub Schwimmverein	Familie Freizeitsport Lokales Sportangebot Ausbildungsklub Schwimmverein	Familie Freizeitsport Lokales Sportangebot Ausbildungsklub Schwimmverein	Labelierter Ausbildungsclub Regionales Leistungszentrum Schulspart	Ausbildungsklub Silber/Gold Regionales Leistungszentrum Schulspart	Ausbildungsklub Silber/Gold Regionales oder Nationales Leistungszentrum	Nationales Leistungszentrum	Nationales Leistungszentrum internationale Trainingsgruppe	Nationales Leistungszentrum internationale Trainingsgruppe	Nationales Leistungszentrum internationale Trainingsgruppe
Fördergefässe	Jugend und Sport (Kindersport)	Jugend und Sport (Kindersport)	Jugend und Sport (Kindersport)	Jugend und Sport Swiss Olympic Waif Swiss Olympic Talentrad (Regional oder National) Sportliche Förderanstalt	Jugend und Sport Swiss Olympic Waif Swiss Olympic Talentrad (Regional oder National) Sportliche Förderanstalt	Jugend und Sport Swiss Olympic Waif Swiss Olympic Talentrad (Regional oder National) Sportliche Förderanstalt	Swiss Olympic Card Elite/Bronze Sportliche Förderbeitrag	Swiss Olympic Card Elite/Bronze Sportliche Förderbeitrag	Swiss Olympic Card Silber/Gold Sportliche Förderbeitrag	Swiss Olympic Card Gold Sportliche Förderbeitrag
Merkmale der Trainingsphase	Vielseitigkeit im Wasser und an Land als Basis	Vielseitiges Verweilungs- und Einbringtraining in schwimmernaher Umgebung	Vielseitiges Verweilungs- und Einbringtraining in schwimmernaher Umgebung	Spezifisches Triathlontraining	Spezifisches Triathlontraining	Spezifisches Triathlontraining	Individuell auf den Athleten abgestimmtes Training	Individuell auf den Athleten abgestimmtes Training	Individuell auf den Athleten abgestimmtes Training	Individuell auf den Athleten abgestimmtes Training
Trainingsvolumen h/Jahr	200 - 330	300 - 330	300 - 330	380 - 450	500 - 580	670 - 720	800 - 1000	1000 - 1100	1100 - 1200	1200 - 1300
Schwimmen h/Jahr	150 - 180	150 - 180	150 - 180	180 - 230	200 - 250	230 - 280	250 - 300	300 - 350	350 - 400	400 - 450
Radfahren h/Jahr	10 - 35	10 - 35	10 - 35	40 - 60	60 - 120	80 - 120	120 - 165	150 - 170	170 - 210	210 - 250
Laufen h/Jahr	20 - 45	20 - 45	20 - 45	70 - 100	80 - 120	100 - 140	140 - 180	180 - 240	240 - 270	270 - 310
Verkehrsmittel und ergänzendes Training h/Jahr	10 - 70	10 - 70	10 - 70	40 - 60	70	80 - 100	110 - 140	140 - 180	180 - 220	220 - 260
Einheiten/Woche	1-3	2-5	6-10	10-12	10-12	12-14	14-16	16-18	18-20	20-22
Trainerausbildung	Jugend und Sport Grundkurs Kindersport Grundkurs Jugendsport	Jugend und Sport Grundkurs Kindersport Grundkurs Jugendsport	Grundkurs Jugendsport Trainer C Swiss Triathlon	Trainer B Swiss Triathlon	Trainer A Swiss Triathlon	Trainer Leistungsport Swiss Triathlon	Trainer Leistungsport Swiss Triathlon	Trainer Leistungsport Swiss Triathlon	Trainer Leistungsport Swiss Triathlon	Trainer Leistungsport Swiss Triathlon
Trainerstunden h/Jahr	100	100	100 - 360	300 - 500	400 - 700	500 - 1000	800 - 1400	1000 - 1800	1200 - 2000	2000
Wettkämpfe national	Wettkampferfahrungen sowohl in- und ausserhalb des Triathlon Open Race Regio Cup Kindersportfestivals KOC Cup by Motta Spring	Wettkampferfahrungen sowohl in- und ausserhalb des Triathlon Open Race Regio Cup Kindersportfestivals KOC Cup by Motta Spring	Regio Cup Youth League ITC Circuit, Swiss Experience	Youth League National League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League	NATIONAL League
Wettkämpfe international				Youth European Championship Festival, Junioren Europacup	Youth Olympic Games (OIG), Junioren EM, Junioren EM, Junioren Europacup	U23 WM, U23 EM, (CSM-WM), WUK, Europacup	Elite EM, U23 WM, U23 EM, (CSM-WM), WUK, Europacup	Elite EM, U23 WM, U23 EM, (CSM-WM), WUK, Europacup	OL, WTS, EM, WC, (CSM-WM), WUK, Europacup	OL, WTS, EM, WC, (CSM-WM), WUK, Europacup
Wettkampfdistanzen	0.65/1/0.3 - 0.75/1/2.5	0.2/5/1.25 - 0.75/20/5	0.2/5/1.25 - 0.75/20/5	0.5/13/2.5 0.75/20/5	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10	0.75/20/5 1.5/40/10
Anzahl der Wettkämpfe	6 - 8	6 - 12	6 - 12	10 - 14	10 - 14	12 - 16	12 - 16	12 - 16	12 - 16	12 - 16

