SWISS TRIATHLON

# Leistungssport-förderkonzept Triathlon 2025 – 2028



# Inhaltsverzeichnis

**1. EINLEITUNG ..... 5**

**2. ORGANISATION SWISS TRIATHLON ..... 7**

2.1. Leitbild ..... 7

2.2. Strategische Ausrichtung ..... 8

2.3. vision, mission leistungsSport ..... 8

2.4. Who is who? ..... 10

**3. ZIELE 2024 – 2028 IM SPORT ..... 11**

**4. STRUKTUR DES ATHLETENWEGES IM LEISTUNGSSPORT TRIATHLON ..... 13**

**5. ATHLETENWEG NACH FTEM – ATHLET ..... 16**

5.1. Kaderstufen ..... 17

5.1.1. Regionalkader Youth (13-15) und Junior (16–19) T1 – T3 ..... 17

5.1.2. Nachwuchsnationalkader Junioren T3 – T4 (16 – 19) ..... 18

5.1.3. C-Kader T4/E1 (≥20) – Challenged / on the way ..... 19

5.1.4. B-Kader E1, (≥20 Jahre) – Be ready ..... 20

5.1.5. A-Kader E2, M (≥20 Jahre) – Attack ..... 20

5.1.6. Nationalkader Para-Triathlon – road to Paralympics ..... 21

5.2. kaderSelektionen ..... 22

5.2.1. Selektionen Junioren ..... 22

5.2.2. Selektionen Elite ..... 23

5.2.3. Verletztenstatus und Mutterschaft ..... 24

5.3. Transition – ein smoother Übergang und Projektteams ..... 25

5.3.1. Perspektivteam ..... 25

5.3.2. Best talents Programm ..... 25

5.3.3. Junior – Elite ..... 26

5.3.4. U23 Team ..... 26

5.3.5. Olympia Team ..... 26

5.3.6. +1 / Zwischenjahr ..... 27

5.3.7. Nachsportkarriere ..... 27

5.4. Unterstützung Verband ..... 28

5.4.1. Investition im Schwimmen: ..... 28
5.4.2. Junioren im Fokus: ..... 28
5.4.3. U23 Race Craft entwickeln ..... 30
5.4.4. Know-How entwickeln am NLZ und an die Basis bringen ..... 30
5.4.5. Wissenstransfer ..... 31
5.5. Karriereplanung – duale Karriere ..... 31
5.5.1. Ausbildung in Foundation F1-F3 ..... 32
5.5.2. Ausbildung in Talent T1-T4 ..... 32
5.5.3. Spitzensport und Studium, Beruf oder als Profi E1/E2 ..... 33
5.5.4. Ansprechpartner für die Karriereplanung ..... 34

**6. ATHLETENWEG NACH FTEM - TRAINING ..... 35**

6.1. Trägerschaften als Entwicklungsumfeld ..... 36
6.1.1. Club ..... 36
6.1.2. Regionale Struktur ..... 36
6.1.3. Nationales LeistungsZentrum (NLZ) ..... 36
6.2. Fördergefässe für Vereine ..... 38
6.2.1. Jugend & Sport (J+S) ..... 38
6.2.2. Labelvergabe an Ausildungsclubs ..... 38
6.3. Fördergefässe für Athlet*innen ..... 39
6.3.1. Swiss Olympic Card ..... 39
6.3.2. Stiftung Schweizer Sporthilfe ..... 41
6.3.3. Armee ..... 41
6.3.4. Unterstützung durch Kantone und Stiftungen ..... 42
6.4. Rahmentrainingspläne ..... 42
6.5. Talent Transfer ..... 43
6.6. Trainerausbildung ..... 43

**7. ATHLETENWEG NACH FTEM – WETTKAMPF ..... 45**

7.1. Regio League ..... 46
7.2. Youth League ..... 46
7.3. National League ..... 47
7.4. Internationale Nachwuchswettkämpfe ..... 47
7.5. Internationale Wettkämpfe U23 und Elite ..... 50

**8. TRAININGS- UND WETTKAMPFINFRASTRUKTUR .....53**

**9. WISSENSCHAFTLICHE UNTERSTÜTZUNG .....54**

**10. MEDICAL KONZEPT.....55**

# 1. EINLEITUNG

Mit dem vorliegenden Konzept beschreibt Swiss Triathlon die Förderung im Leistungssport in der Schweiz. Im Zentrum steht die Athletin / der Athlet. Damit die Schweiz weiterhin an olympischen Spielen über Medaillen im Triathlon jubeln kann, engagiert sich Swiss Triathlon für eine strukturierte Förderung. Die Entwicklung und Kontinuität sind zentrale Pfeiler für den langfristigen Erfolg. Der Weg an die Spitze soll im folgenden Dokument beschrieben und Zuständigkeiten und Konzepte erklärt werden. Die Athletin / Der Athlet als Aushängeschild, doch das Team als tragende Kraft. Nur gemeinsam bringen wir die Schweiz zum Träumen.

Um die Förderstrukturen vollumfänglich zu erläutern, braucht es viele Teilkonzepte. Die folgende Grafik versucht die Komplexität übersichtlich darzustellen. In diesem Konzept wird über alle Puzzleteile geschrieben. Da das FTEM eine Gesamtdarstellung des Athletenweges ist, wird dieses Förderkonzept anhand dessen Struktur aufgebaut.



Ziel des Konzeptes ist es, die sportstrategische Ausrichtung zu beschreiben. Damit soll es möglich sein, über das Gleiche zu sprechen und gemeinsam den Triathlonsport zu unterstützen und voranzutreiben.

Kapitel 2 beschreibt die Organisation von Swiss Triathlon.

Das dritte Kapitel des Konzeptes erläutert die internationale Leistungsentwicklung.

Der zweite Teil mit den Kapiteln 4 bis 7 befasst sich mit den verschiedenen Phasen des Swiss Triathlon Athletenweges (FTEM Rahmenkonzept), geht auf die Schnittstellen ein und erläutert die konkreten Fördermassnahmen. Abschliessend wird auf die notwendige Infrastruktur und die Unterstützung durch Wissenschaft und Medical Team eingegangen.

Gemeinsam sind wir stärker. Dadurch wird versucht zukünftig klarer intern zu kommunizieren. Hilfestellung dafür soll eine Kommunikation nach Zielgruppe geben.

| | |
|---|---|
| Präsidenten | Präsidentenkonferenz |
| Sportchef | Leistungssport-Meeting / Labelmeeting |
| Vereinsmanager / Vorstand | Club Management |
| NW Verantwortliche | NWF Forum / regelmässige Updates per Mail |
| Trainer*innen | Regionale Coachgruppen-Meetings<br>Coach 2 coach<br>Trainertagung |

Generell ermöglicht dieses Leistungssportförderkonzept allen Interessierten den Zugang zu den notwendigen Informationen über den Triathlonsport. Seien es Eltern, Ausbildungsstätten, Partner, Vereinsfunktionäre etc.

Danke für euer Herzblut und Engagement für den Sport.

# 2. ORGANISATION SWISS TRIATHLON




## 2.1. LEITBILD

**Zweck (Auszug aus den Statuten)**

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.

Swiss Triathlon bezweckt die Förderung des Triathlons in der Schweiz als Breiten- und Leistungssport. Er gewährleistet einen kontrollierten Wettkampfbetrieb im Rahmen seiner Reglemente und der Bestimmungen der internationalen Fachverbände (Europe Triathlon/World Triathlon) und bietet seinen Mitgliedern sowie weiteren am Triathlon interessierten Organisationen und Personen Dienstleistungen an.

Swiss Triathlon ist politisch und konfessionell neutral und stellt die Gleichbehandlung für alle sicher.

## 2.2. STRATEGISCHE AUSRICHTUNG

Der Vorstand veröffentlicht im Rhythmus des Olympiazyklus die strategische Ausrichtung der Abteilung Sport bei Swiss Triathlon. Aktuell setzt die Strategie folgende Schwerpunkte:

Nachwuchs

- Bieten von optimalen Rahmenbedingungen, damit die Talente den Weg an die Spitze erreichen.
- Identifikation und Förderung von Talenten.
- Sicherstellung der Übergänge.
- Stärkung der Clubstrukturen.
- Etablierung und Förderung der angepassten Wettkampfdistanzen in der Schweiz anhand der internationalen Entwicklung.
- Schweizer Trainer und TrainerINNNEN entwickeln und fördern.

Spitzensport

- Bieten von optimalen Rahmenbedingungen, damit die Athlet*innen Erfolge an internationalen Grossanlässen feiern.
- Förderung des Teamspirits.
- Ausbau eines Kompetenzzentrums - Ausbildung zum Leistungssportler*in.
- Schweizer Trainer und TrainerINNNEN fördern.
- Sportwissenschaften in der praktischen Unterstützung.

## 2.3. VISION, MISSION LEISTUNGSSPORT

Daraus ergeben sich folgende Visionen für den Sport:

Swiss Triathlon…

…hat international Erfolg, insbesondere an den Olympische Spielen und Meisterschaften von Junioren bis Elite.

…bietet den Athlet*innen einen Athletenweg an, der zum Erfolg führen kann.

…ist für die Athlet*innen ein transparenter, fairer Partner bei der Entwicklung vom Nachwuchs- zum Elitesport.

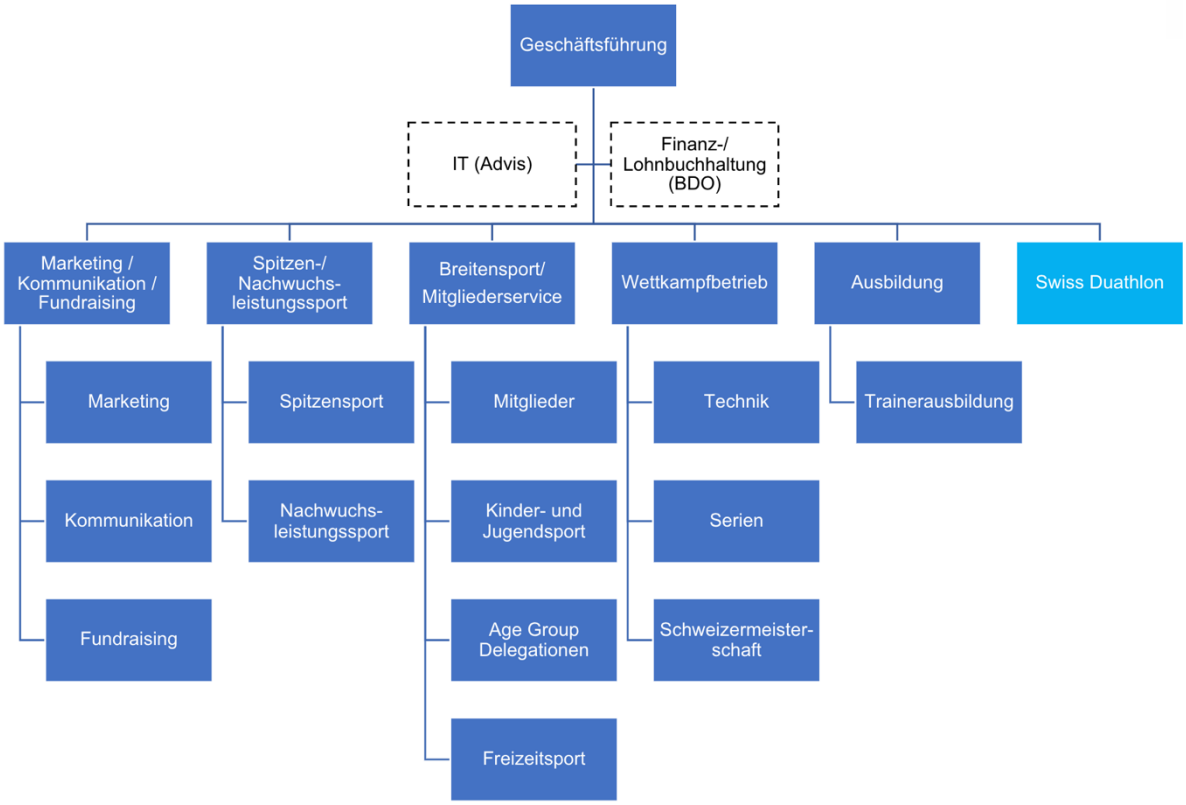
…ist ein Vorreiter in der Entwicklung in Richtung Supersprint.

Folglich werden folgende Punkte als Mission definiert:

- Swiss Triathlon bietet ein optimales Jahresprogramm mit Trainingslagern und am NLZ im Campus Sursee ein optimales Trainingsumfeld an, das den Athlet*innen erlaubt, sich weiterzuentwickeln und zu Leistungssportler*innen auszubilden.
- Swiss Triathlon führt Kaderstrukturen und unterstützt die Athlet*innen, soweit es gemäss seinen finanziellen Verhältnissen möglich ist.
    - Die Selektionskriterien, sowie Selektionsentscheide für die Kadereinteilung sind transparent
    - Die Unterstützungsleistungen für die verschiedenen Kader sind transparent.
    - Die Kadermassnahmen werden auf höchstem Niveau durchgeführt.
    - Die Übergänge werden durch Projektteams optimaler begleitet.
- Swiss Triathlon erstellt und publiziert Selektionskriterien für internationale Meisterschaften.
    - Die Selektionskriterien sind transparent.
    - Die Selektionsentscheide sind begründet und transparent.
- Der Wettkampfkalender weist SuperSprint Rennen mit Mehrfachstarts auf.

## 2.4. WHO IS WHO?

Das Organigramm Swiss Triathlon sieht folgendermassen aus:




Geschäftssitz:

Swiss Triathlon

Talgut-Zentrum 27

3063 Ittigen bei Bern

Homepage:

https://swisstriathlon.ch/wp-content/uploads/2025/05/Organigramm_2026f.pdf

Gremien und Kommissionen:

Die Gremien und Kommissionen sind unter dem folgenden Link zu finden.

https://swisstriathlon.ch/kommissionen/

# 3. ZIELE 2024 – 2028 IM SPORT

Im Leistungssport hat Swiss Triathlon mit Swiss Olympic konkrete Leistungsziele sowie Entwicklungsziele vereinbart. Auf die Leistungsziele hat der Verband nur bedingt Einfluss. Es wird versucht, die Leistungen mit bestmöglicher Arbeit in der Vorbereitung und Entwicklung auf dem Weg zur Athletin / zum Athleten sowie am Wettkampf mit optimalen Rahmenbedingungen und personeller Unterstützung zu unterstützen.

Die Leistungsziele sehen folgende Platzierungen in den nächsten Jahren vor:

| **Internationaler Grossanlass** | **2025** | **2026** | **2027** | **2028** |
|---|---|---|---|---|
| WM Elite | 1x Top8 | 1x Top6 | 1x Top6 | 1x Top4 |
| EM Elite | 1x Top6 | 1x Top4 | 1x Top4 | 1x Top3 |
| WM Junioren | 1x Top15 | 2x Top15 | 1x Top12 | 1x Top12 |
| EM Junioren | 1x Top12<br>1x Top 8 | 1x Top12<br>1x Top 6 | 1x Top10<br>1x Top 5 | 1x Top10<br>1x Top 5 |

Im Zentrum der Leistungssportförderung stehen die Entwicklungsziele. Sie werden deshalb prioritär verfolgt. Die Entwicklungsziele bilden das gesamte Konstrukt rund um die Athlet*innen ab. Ziel ist es, die Athlet*innen langfristig auf ihrem Athletenweg zu begleiten und eine logische Entwicklung zu ermöglichen.

1. NLZ als Knowledge Hub im Triathlon:

Aufbau eines Wissenszentrums für Coaching, Medizin und Nachwuchsförderung.

Integration und Optimierung von Fachwissen für alle Beteiligten im Triathlon-Bereich.

2. Optimierung der Nachwuchsförderung:

Stärkung der regionalen Trainingsmöglichkeiten.

Entwicklung eines Talent-Transfer-Konzepts zur Identifikation und Förderung von Talenten aus anderen Sportarten.

Für Hochbegabte Athlet*innen individuellen Athletenweg gestalten mit internationaler Förderung zur Erhöhung der Wettbewerbsfähigkeit auf globaler Ebene.

Prüfung eines «Göttisystem» auf Kaderniveau.

3. Sportwissenschaftliche Unterstützung:

Nutzung von sportwissenschaftlichen Erkenntnissen zur Leistungssteigerung und Verletzungsprävention.

Innovatives und aussagekräftiges Projekt durchführen. Die Erkenntnisse laufend in die Trainerbildung einfliessen lassen.

4. Ausbildung von Coaches:

Förderung der Qualität in der Trainer- und Coaching-Ausbildung, um langfristig die besten Trainer*innen für die Nachwuchsarbeit zu gewinnen. Dies nicht nur in der klassischen Ausbildungsschiene, sondern auch im regelmässigem Austausch und mit digitalen Unterlagen, Analysen und Empfehlungen.

Als Grundlage für diese Entwicklungsziele dienten die Analysen von nationalen und internationalen Ereignissen, sowie dem Swiss Olympic Sport-Check und der SWOT 2024.

# 4. STRUKTUR DES ATHLETENWEGES IM LEISTUNGSSPORT TRIATHLON

Der Swiss Triathlon FTEM Athletenweg basiert auf FTEM Schweiz, welches vom Bundesamt für Sport (BASPO) und Swiss Olympic entwickelt wurde und das Grundgerüst sowie eine gemeinsame Sprache in der Sport- und Athletenförderung für alle im Sport involvierten Personen darstellt.

Das FTEM – Modell beinhaltet die 4 Schlüsselbereiche Foundation (F), Talent (T), Elite (E) und Mastery (M).

Die Förderstufen sind im FTEM Modell detailliert abgebildet. Bevor hier auf die einzelnen Ebenen eingegangen wird, zuerst eine grobe Übersicht.

**F / LOKAL**

Die Athletin/ der Athlet trainiert

(Swiss Olympic Card local)

Im Club

(Label Ausbildungsclub, Bronze, Silber)

Mit dem Triathlontrainer*in

(J+S-Leiter Triathlon / Trainer C, B)

Und sammelt erste Wettkampferfahrungen

(Regio League)

**T1 – T3 / REGIONAL**

Die Athletin/ der Athlet trainiert

(Regionalkader / Swiss Olympic Talent Card regional)

Im Club

(Label Gold, Regionales Trainingszentrum oder Regionales Leistungszentrum)

Mit dem Triathlontrainer*in,

(J+S-Leiter Triathlon / Trainer A)

Nimmt an Verbandsmassnahmen teil

(Camp, Weekend)

Und nimmt an Wettkämpfen teil

(Regio League, Youth League, National League, Schweizer Meisterschaften)

**T2 – M / NATIONAL**

Die Athletin/ der Athlet trainiert

(Nationalkader Junioren und Elite / Swiss Olympic Talent Card national, Swiss Olympic Card Elite, Bronze, Silber, Gold)

Im Club oder Leistungszentrum

(Label Gold oder Regionales Leistungszentrum oder Nationales Leistungszentrum)

Mit dem Triathlontrainer*in,

(Trainer A / Berufstrainer)

Nimmt an Verbandsmassnahmen teil

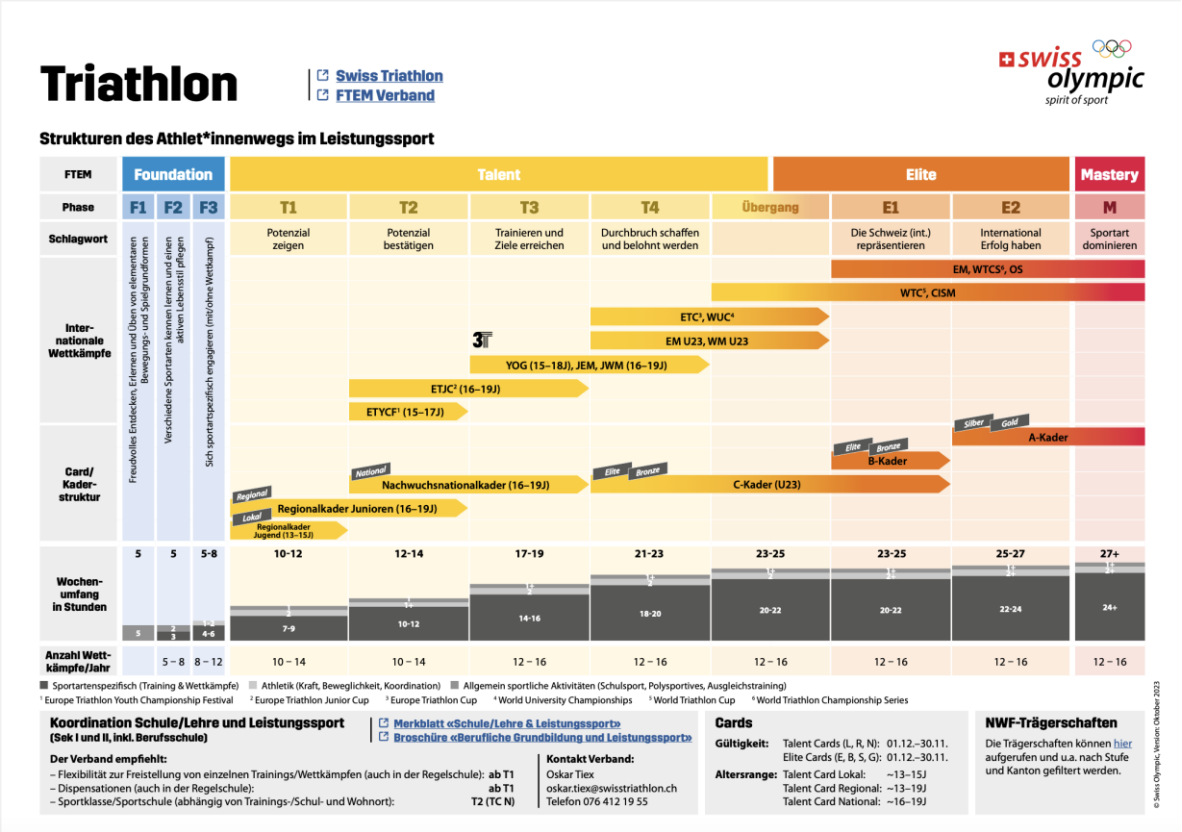
(Camp, Weekend, developing squad races, Testing, Medical)

Und vertrete die Schweiz an Wettkämpfen.

(National League, Schweizer Meisterschaften, EYOF, YOG, Europe Triathlon Cup, World Cup, World Triathlon Championship, Olympic Games)

Die positive Entwicklung der Athletin / des Athleten steht im Zentrum. Neben der altersangepassten Förderung ist auch der Spass und damit die Motivation für lebenslanges Sporttreiben / im-Sport-aktiv-bleiben wichtig. Der Startschuss fällt auf der lokalen Ebene – dort bei den heimischen Vereinen. Ab einem gewissen Niveau wird dann regional gefördert und gefordert, bevor wir uns auf nationaler Ebene weiterentwickeln und international reüssieren können.

Die Strukturen werden zudem separat in einem Dokument abgebildet. Dies ermöglicht eine Übersicht über Kader, Wettkämpfe und Rahmentrainingspläne zu erhalten.




Das Dokument kann auch online separat aufgerufen werden.

Damit eine niveaugerechte Ausbildung der Athletin / des Athleten gewährleistet werden kann, müssen sich auch die Trainer*innen mitentwickeln und Know-how auf der Ausbildungsstufe mitbringen. Dies geschieht einerseits über die theoretische Schiene in der Trainerausbildung, aber auch über die praktische Erfahrung. Falls sich ein*e Trainer*in auf seinem/ihrem Level wohl fühlt und sich nicht weiterentwickeln will, sollte dies offen mit den Athlet*innen und deren Eltern besprochen und eine fördernde, passende Lösung gesucht werden.

Details zur Trainerausbildung finden sich in Kapitel 6.6.

# 5. ATHLETENWEG NACH FTEM – ATHLET




Der gesamte Athletenweg ist online zu finden.

In diesem Abschnitt steht die Athletin / der Athlet im Zentrum. Die Themen Kader, Selektion und Karriere werden erläutert.

Die **Kaderstufen** ermöglichen die Athlet*innen und deren Entwicklung optimal zu fördern. Von lokalem Athleten über regionale Massnahmen bis zum Leistungssportler*in ausgebildet werden

Die **Selektion** wird transparent und niveaugerecht durchgeführt.

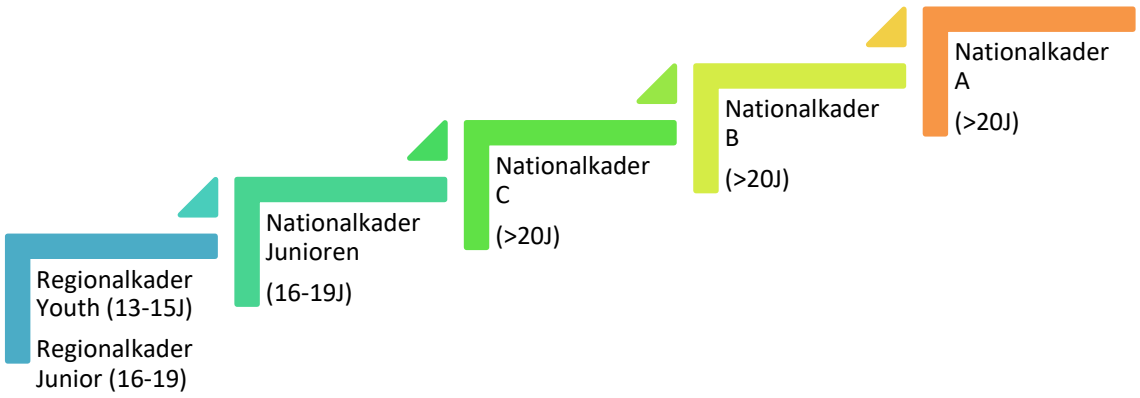
**Karriereplanung**: Ziel ist es, den individuell besten Weg zu finden! Dabei spielt eine detaillierte Mehrjahresplanung ein wichiger Faktor.

Die **Übergänge** sind zentral in der Entwicklung der Athlet*innen und werden seriös unterstützt.

## 5.1. KADERSTUFEN

Der Sport ist im Wandel. Sehen wir das Durchschnittsalter an Podestplätzen an internationalen Grossanlässen, sind bereits im U23 Alter Erfolge möglich und kommen häufiger vor. Dies bedeutet automatisch, dass wir uns nicht mehr als Zweitsportart verstecken können. Transitions aus anderen Sportarten bleiben weiterhin bestehen, doch müssen wir auch unsere eigenen Reihen stärken. Wir möchten Athlet*innen, die in einem Triathlonclub gross geworden sind, ermöglichen mit Eintritt Sekundarschule eine Lösung mit einer Sportschule zu finden. Dadurch, dass Triathlon eine vielseitige Sportart ist, besteht ein geringeres Risiko, dass wir zu früh zu viel zu einseitig trainieren. Dies müssen wir nutzen und uns bereit machen, den Kaderathlet*innen internationale Erfolge zu ermöglichen. Der Grundstein dafür wird bereits in den Jugendjahren gelegt.

Die Kaderstufen ermöglichen die Athlet*innen und deren Entwicklung optimal zu fördern. Swiss Triathlon selektioniert Athlet*innen in folgende Kaderstufen:




### 5.1.1. Regionalkader Youth (13-15) und Junior (16–19) T1 – T3

Swiss Triathlon beginnt mit der Kaderselektion am Ende der Schülerkategorie in der Regio League 2. Athlet*innen, die für eine Kaderselektion in Frage kommen, zeigen bei den PISTE Tests und Wettkämpfen, dass sie Potential haben, committen sich zum Triathlonsport und trainieren zielgerichtet. Durch eine mehrjährige Zugehörigkeit im Kader bestätigen sie ihr Potential. Swiss Triathlon führt verschiedene Regionalkader, die nach den Sprachregionen aufgeteilt sind.

Athlet*innen eines Regionalkaders erhalten eine Swiss Olympic Talent Card regional. Die Anzahl dieser Karten ist auf 70 begrenzt.

Das Regionalkader wird vom Nachwuchsverantwortlichen und dem National Coach Junior betreut. Es werden verschiedene Massnahmen angeboten.

Das Regionalkader Youth hat das Angebot:

- 1 kick-off regional
- 1 swiss regio weekend inkl. squad race
- 3-6 regionale training days
- PISTE
- Squad race
- Sommerlager interregional
- 1-2 race with friends (DE/AT/FRA/IT)
- weitere Massnahmen nach Jahresplan

Das Nationalkader Junioren hat zusätzlich die Möglichkeit an 1-2 race with friends (DE/AT/FRA/IT) teilzunehmen.

Die Teilnahme ist freiwillig. Diese Massnahmen haben zum Ziel die Athlet*innen durch regionale Vergleiche und professionelle Inputs weiterzubringen.

### 5.1.2. Nachwuchsnationalkader Junioren T3 – T4 (16 – 19)

Athlet*innen, die in den Nachwuchsnationalkader selektioniert werden, gehören auf nationaler Ebene zu den Besten ihres Jahrgangs und haben ein grosses Potential, den Übergang in den Elitebereich erfolgreich zu vollziehen. International bestehen diese Athlet*innen im Vergleich mit der gleichaltrigen Konkurrenz. Athlet*innen, die in ihrer Kategorie bereits international erfolgreich sind (Top 6 Junioren EM, Top 10 Junioren WM), haben auf dem FTEM-Athletenweg bereits die Stufe T4 erreicht. Die Betreuung des Nachwuchsnationalkaders obliegt dem Nachwuchsverantwortlichen in Zusammenarbeit mit dem National Coach Junior. Die Athlet*innen des Nachwuchs-Nationalkaders erhalten eine Swiss Olympic Talent Card national. Die Anzahl dieser Karten ist auf 15 limitiert.

Für das Nationalkader Junioren werden

- Testing und Kick-off
- camps nach Jahresplan
- 1 Woche mit Elite im Frühling
- Squad race
- PISTE
- 1 Sommerlager interregional
- 1-2 races ETJC
- Delegationen
- 1-2 race with friends (DE/AT/FRA/IT)
- Testing am NLZ

angeboten.

In der Entwicklung der Wettkampffertigkeiten werden Trainingsrennen, wie auch erste internationale Rennen als Delegation in Angriff genommen.

Durch die duale Karriere (bzw. Erster Ausbildungsabschluss) wird oft noch in den Heimstrukturen trainiert.

### 5.1.3. C-Kader T4/E1 (≥20) – Challenged / on the way

Athlet*innen der Kategorien U23 und Elite können in das C-Kader selektioniert werden. Der Eintritt in diese Kaderstufe erfolgt über das Erbringen von Wettkampfleistungen. Da das internationale Leistungsniveau in der Elite deutlich höher ist als bei den Junioren, ist die Etablierung in der Elite nicht einfach.

Dieser Übergangsbereich T4/E1, in dem sich die Athlet*innen befinden, ist als Schlüsselbereich in ihrer sportlichen Karriere anzusehen. Hier entscheidet sich, ob der Anschluss an die internationale Spitze gelingt.

Dies kann mehrere Jahre dauern, denn nur wenige Schweizer Nachwuchsathlet*innen gehören im Juniorenbereich zur internationalen Spitze. Andere Nationen ermöglichen ihren Nachwuchsathlet*innen eine mehrjährige duale Ausbildung mit einer auf den Sport abgestimmten Schullösung. Dadurch realisieren viele ausländische Nachwuchssportler*innen höhere Trainingsumfänge als unsere gleichaltrigen Athlet*innen. Entsprechend ist der Schritt vom Juniorenbereich über die U23 zum Elitebereich für den Schweizer Sportler*in normalerweise grösser. Damit ist aber auch das Entwicklungspotenzial grösser. Swiss Triathlon möchte der Athletin / dem Athleten die nötige Zeit geben, um den Anschluss zu erreichen. Deshalb ist eine mehrjährige Zugehörigkeit zum C-Kader möglich.

Neben den Selektionskriterien sind die folgenden Punkte für den Verbleib im C-Kader relevant:

- eine Fokussierung auf den Sport gemäss der vereinbarten Karriereplanung
- eine positive Leistungsentwicklung über mehrere Jahre
- Mit Athlet*innen, welche bereits länger dem C-Kader angehören, werden ausserdem individuelle Zielvereinbarungen getroffen.

In der Regel starten C-Kader Athlet*innen im Europe Triathlon Cup und konnten dort schon erste internationale Erfolge feiern.

Das C-Kader wird vom Chef Leistungssport und National Coach Elite betreut. Es finden jährlich

- Testing und Kick-off
- camps nach Jahresplan inkl. Höhentrainingslager
- Squad race
- Testing am NLZ
- Delegationen intern. Rennen
- Beschickung Meisterschaften

- Sportwissenschaftliche Unterstützung
- Webinare
- sportärztliche Untersuchung
- Sportmedizinische Unterstützung
- weitere Massnahmen nach Jahresplan

statt. Zudem stehen die Türen im NLZ jederzeit für kurze Inputs offen.

### 5.1.4. B-Kader E1, (≥20 Jahre) – Be ready

Die Athleten des B- Kaders haben den ersten Anschluss an das internationale Elite Niveau erreicht. In der Regel sind sie in Europe Triathlon Cup erfolgreich, haben erste positive Erfahrungen an Meisterschaften gesammelt und beginnen sich im World Triathlon Cup zu beweisen. Die ersten Erfahrungen in World Triathlon Championship Series weisen noch die Arbeitsschritte auf. Doch in MR können sie bereits eine wichtige Position einnehmen.

Das B-Kader wird vom Chef Leistungssport und National Coach Elite betreut. Es finden jährlich

- Testing und Kick-off
- camps nach Jahresplan inkl. Höhentrainingslager
- Squad race
- Testing am NLZ
- Delegationen internationale Rennen
- Beschickung Meisterschaften
- Sportwissenschaftliche Unterstützung
- Webinare
- sportärztliche Untersuchung
- Sportmedizinische Unterstützung
- weitere Massnahmen nach Jahresplan

statt. Zudem stehen die Türen im NLZ jederzeit für kurze Inputs offen.

### 5.1.5. A-Kader E2, M (≥20 Jahre) – Attack

Die Athleten A-Kaders haben den Anschluss an das internationale Elite Niveau erreicht. Es ist zu erwarten, dass aus diesem Athletenkreis die Teilnehmenden für die Olympischen Spiele selektioniert werden. Die Athlet*innen bestehen in den World Triathlon Championship Series.

Das A-Kader wird vom Chef Leistungssport und National Coach Elite betreut. Es finden jährlich

- Testing und Kick-off
- camps nach Jahresplan inkl. Höhentrainingslager
- Squad race

- Testing am NLZ
- Delegationen internationale Rennen
- Beschickung Meisterschaften
- Sportwissenschaftliche Unterstützung
- Webinare
- sportärztliche Untersuchung
- Sportmedizinische Unterstützung
- weitere Massnahmen nach Jahresplan

statt. Zudem stehen die Türen im NLZ jederzeit für kurze Inputs offen.

### 5.1.6. Nationalkader Para-Triathlon – road to Paralympics

Das Paratriathlon-Kader umfasst Athlet*innen mit dem Potenzial, sich für die nächsten Paralympischen Spiele zu qualifizieren. Ziel von Swiss Triathlon ist es, diese Athlet*innen gezielt und individuell auf ihrem Weg zur internationalen Spitze zu fördern.

Die Aufnahme und der Verbleib im Kader setzen ein klares Commitment zum Leistungssport voraus. Die Athlet*innen richten ihre langfristige Karriereplanung und ihre jährliche Saison- und Wettkampfplanung auf die Qualifikation für die nächsten Paralympischen Spiele aus. Eine kontinuierliche Leistungsentwicklung sowie die Bereitschaft, die vereinbarten Ziele konsequent zu verfolgen, werden vorausgesetzt.

Neben den Selektionskriterien sind folgende Punkte relevant:

- Nachweisbares Potenzial für eine Qualifikation für die nächsten Paralympischen Spiele
- Klares Commitment zum Leistungssport und zur vereinbarten Karriereplanung
- Auf die Paralympischen Spiele ausgerichtete Saison- und Wettkampfplanung
- Positive Leistungsentwicklung und Erfüllung individueller Zielvereinbarungen

Fördermassnahmen

Das Paratriathlon-Kader wird durch Swiss Triathlon betreut. Folgende Fördermassnahmen sind vorgesehen:

- Jährlicher Testtag bei Swiss Triathlon, parallel zur PISTE
- Ein gemeinsames Trainingsweekend mit Swiss Triathlon

- Möglichkeit einer individuellen Coaching-Betreuung durch den Paratriathlon-Coach
- Weitere individuelle Fördermassnahmen nach Vereinbarung

Die Förderung orientiert sich am individuellen Leistungsniveau, am Entwicklungspotenzial und an den Anforderungen der jeweiligen Startklasse.

## 5.2. KADERSELEKTIONEN

### 5.2.1. Selektionen Junioren

Swiss Triathlon hat die Aufgabe, vielversprechende Talente, d.h. Nachwuchsathlet*innen mit besonderem Potenzial für hohe Leistungsfähigkeit und Erfolge, zu entdecken und durch gezielte Förderung zunächst an den Leistungssport heranzuführen und später auf allen Leistungsstufen bis zum Spitzenathleten zu unterstützen.

Für die Talentidentifikation und -selektion erfolgt die Auswahl in die Regionalkader und den Nachwuchsnationalkader nach PISTE.

**PISTE** steht für:

**P** – Prognostisch, sich an der zukünftigen Leistung im Elitealter und nicht am aktuellen Leistungsstand orientieren

**I** – Integrativ, verschiedene für zukünftige Leistungen relevante Faktoren einbeziehen

**S** – Systematisches und standardisiertes Vorgehen ermöglichen

**T** – Trainer als wesentliche Kompetenzträger einbeziehen

**E** - Einschätzungen der Trainer als Beurteilungsmethode nutzen

Weitere Informationen zur Talentidentifikation und -selektion finden sich im **Manual** von Swiss Olympic.

In der Talent- und Kaderselektion von Swiss Triathlon werden folgende Kriterien berücksichtigt:

- Wettkampfleistungen
- Leistungstests
- Leistungsvoraussetzungen

- Potentialeinschätzung
- Biologoscher Entwicklungsstand
- Trainingsbedingungen des Athleten

Die Potentialeinschätzung erfolgt durch die Regio Coaches, dem National Coach Junior und dem Nachwuchsverantwortlichen von Swiss Triathlon unter Einbeziehung der folgenden Punkte:

- Trainingsalter und Trainingsaufwand
- Umfeld des Athleten
- Motivation des Athleten
- Psychische Voraussetzungen des Athleten
- Leistungsentwicklung des Athleten (bei trainingsälteren Athleten)
- Belastbarkeit des Athleten
- Konstitutionelle Voraussetzungen

Der Selektionsprozess beginnt im Frühling mit den Testtagen und endet im September. Die **Selektionskommission Nachwuchs** gibt am Ende des Prozesses die Ergebnisse mit einem Selektionsvorschlag an Swiss Olympic weiter, die für die Vergabe der Swiss Olympic Talent Cards regional wie national zuständig ist.

Das aktuelle Selektionskonzept sowie die **Kaderliste** ist auf der Homepage von Swiss Triathlon verfügbar.

### 5.2.2. Selektionen Elite

Das Hauptziel von Swiss Triathlon im Leistungssport besteht darin, internationale Erfolge zu feiern.

Dabei steht der Gewinn von Medaillen an den Olympischen Spielen 2024 und 2028, sowohl im Einzelrennen wie auch in der Mixed Relay im Fokus.

Die Teilnahme und Medaillengewinne an internationalen Meisterschaften (Welt- und Europameisterschaften) sowie weiteren internationalen Wettkämpfen (Welt- und Europacup) liegen auf dem Athletenweg zu obengenanntem Ziel. Sie sollen zur Entwicklung der Athlet*innen und zum Erreichen eines international höheren Niveaus beitragen.

Die internationale Entwicklung geht in Richtung kürzere Distanzen und die Standarddistanz hat nicht mehr dasselbe Gewicht wie in der Vergangenheit. Dies basiert auch auf der gesteigerten Wichtigkeit der Mixed Relay. Athlet*innen, die an den Olympischen Spielen 2028 oder 2032 teilnehmen wollen, legen anhand des Wettkampfkalenders den Fokus auf die Distanzen Supersprint und Sprint.

Für die Selektion für den C-, B- und A-Kader ist die **Selektionskommission**

**Elite** verantwortlich. Der Selektionszeitraum beginnt im November/ Dezember (je nach internationalem Kalender) und endet im Folgejahr im Oktober/November (je nach internationalem Kalender). Neben der Wettkampfleistung wird bei der Selektion auch die Leistungsentwicklung berücksichtigt.

Weitere Informationen wie Selektionskonzept und Kaderliste sind auf der Homepage zu finden.

### 5.2.3. Verletztenstatus und Mutterschaft

Ziel von Swiss Triathlon ist die optimale Förderung der Athlet*innen. Leider können Verletzungen auf dem Athletenweg vorkommen. Daher führt Swiss Triathlon eine Verletzungsklausel– diese können physischer oder psychischer Natur sein. Wenn ein*e Athlet*in wegen einer Verletzung / Krankheit pausieren muss und somit die benötigten Leistungen an Wettkämpfen nicht vorweisen kann, kann der Kaderstatus eingefroren werden. Damit der Verletztenstatus ausgelöst wird, werden folgende Schritte durchlaufen:

1. Schriftliche Meldung an Chefin Leitungssport / Nachwuchsverantwortlichen. Diese Meldung muss zum aktuellen Zeitpunkt eingegeben werden. Eingaben erst kurz vor Selektion für Ereignisse von Anfang Saison werden nicht berücksichtigt.
2. Ein Termin muss innerhalb von drei Wochen nach Ereignis (Krankheit / Unfall) beim CMO (Chief medical officer) abgemacht werden. Der Termin kann erst nach den drei Wochen stattfinden, je nach Kapazität CMO, jedoch muss die Anmeldung erfolgen. Die Dauer des Verletztenstatus wird unter Berücksichtigung vom Heilungsprozess, sowie angemessenem Aufbautraining vom CMO definiert. Wenn der Status für eine halbe Saison vergeben wird, muss mindestens 1 Kriterium für die Selektion erfüllt werden. Dabei wird das Trainingstagebuch als Quantifizierung genutzt.
3. Bei der Selektion entscheidet die Selektionskommission mit Empfehlung CMO, in welcher Form der Verletztenstatus berücksichtigt werden kann.
4. Wenn der Kaderstatus mit dem Verletztenstatus vergeben wird, werden Bedingungen vereinbart, die es in der folgenden Saison zu erfüllen gilt.

Die nationalen Rennen dürfen / sollten als Tests genutzt werden, bevor auf die internationale Bühne übergegangen wird. Die nationalen Rennen beenden den Verletztenstatus nicht. Ein internationaler Start hat zur Folge, dass der Kaderstatus per sofort aufgehoben ist, da der Athlet entschieden hat, genügend fit zu sein.

Die definierte erleichterte Substitutionsregelung, die im Konzept «Selektion internationale Rennen» gelistet ist, gilt für die doppelte Dauer der Periode vom Verletztenstatus.

Für die Mutterschaft gilt ein Schutz von zwei Jahren. In dem Moment, in dem die Athletin / der Athlet entscheidet, wieder genug fit für Wettkämpfe zu sein, zählen seine Leistungen wieder vollwertig.

## 5.3. TRANSITION – EIN SMOOTHER ÜBERGANG UND PROJEKTTEAMS

Übergänge gibt es auf dem Athletenweg einige zu meistern. Ziel ist es die Athlet*innen in den kritischen Phasen optimal unterstützen zu können und somit den Wechsel „smoother" zu gestalten. Swiss Triathlon sind die Herausforderungen bewusst und daher werden auch spezifische Massnahmen oder Teams als Unterstützung definiert.

### 5.3.1. Perspektivteam

Die entwicklungsgerechte Unterstützung der einzelnen Kaderstufen nimmt eine zentrale Rolle in der Athlet*innenförderung bei Swiss Triathlon ein. Um nicht ausschliesslich auf den einzelnen Ebenen zu fördern, sondern aktiv die Übergänge zwischen den Kaderstufen zu begleiten und positive Athletenwege wahrscheinlicher zu machen, wird ein Perspektivteam analog zur normalen Kaderselektion ernannt. Dieses Perspektivteam soll vor allem den aussichtsreichsten Athlet*innen aus dem Regionalkader Junior den Übergang in den Nationalkader Junioren noch wahrscheinlicher machen. In der Praxis erhalten diese Athlet*innen bereits die gleiche Massnahmenstruktur und Förderung wie die Nationalkaderathlet*innen. Sie werden zu allen Camps, Weekends und sonstigen Massnahmen des Nationalkaders eingeladen und profitieren so von einem erweiterten Angebot. Das Perspektivteam kann so höhere Trainingsumfänge in homogenen Gruppen absolvieren. Auch die Nationalkader profitieren von dieser Gruppendynamik. Zusätzlich erfolgen eine umfassende, regelmässige Trainer- und Athletenberatung sowie der Zugang zu allen weiteren Angeboten der Nationalkader. Ziel des Perspektivteams ist es, die Entwicklung der Athlet*innen so zu unterstützen, dass im nächsten Jahr ein Übergang in den Nationalkader erfolgen kann.

### 5.3.2. Best talents Programm

Für überdurchschnittliche, herausragende Potentialathlet:innen wird ein individuelles Programm erstellt. So stellen wir sicher, dass wir nach Niveau fördern und fordern können und die Entwicklung weiter unterstützen.

### 5.3.3. Junior – Elite

Ein weiterer wichtiger Übergang ist im T3/T4 angesiedelt und beschreibt das letzte Jahr bei den Junioren. Hier besteht eine Zusammenarbeit zwischen dem National Coach Elite und dem National Coach Junior. Im regelmässigen Austausch mit der Athletin / dem Athleten und den persönlichen Trainer*innen werden Fortschritte und Ziele besprochen. Es erfolgt Unterstützung bei der Saisonplanung sowie im Training und Wettkampf. Die Orientierung am internationalen Leistungsniveau dient als Grundlage. Es können auch einzelne Massnahmen mit den Eliteathlet*innen berücksichtigt werden. Die Einladung erfolgt aufgrund der Entwicklung der Athlet*innen, des Trainingsverhaltens und -pensums in Zusammenarbeit mit dem persönlichen Trainer*in und den Athlet*innen. Ziel ist es, Erfahrungen zu sammeln. Das Training dient der Ausbildung eines kompletten Athlet*in und das Programm ist triathlonspezifisch. Das Training beinhaltet Rennen in der National League. Auch die erfolgreiche Teilnahme an Europe Triathlon Cup auf Elite-Niveau sowie Erfolge bei Junioren-Europa- und Weltmeisterschaften werden bereits diskutiert.

### 5.3.4. U23 Team

Der nächste Übergang beschreibt den Athletenweg T3/T4 (erste zwei Jahre Elitekader C). Die Athletin / der Athlet versucht im ersten Elitejahr anzukommen. Die Zusammenarbeit zwischen dem National Coach Elite und dem National Coach Junior wird beibehalten, um in Zusammenarbeit mit den Athlet*innen und ihrem/seinem Trainer*in Fortschritte und Ziele für die laufende Saison zu erreichen. Ziel ist eine verbesserte Trainingskonstanz (Trainingstagebuch, Tests und Rennen), sowie eine verbesserte Rennkonstanz bei National League, Europe Triathlon Cups und wenn möglich U23-Europameisterschaften. Triathlon steht nun mehr im Fokus und es gibt eine Leistungsentwicklung auf internationaler Ebene. Diese erkennt man in den Leistungen an Europe Triathlon Cups, EM U23 und WM U23. Die Athlet*innen sammeln internationale Erfahrungen und lernen auf den Punkt bereit zu sein, um die optimale Leistung zu vollbringen («one day, one race»). Mögliche Trainingsmöglichkeiten in Vollzeit und in der Gruppe gibt es im NLZ. Dazu findet sich ein Dokument auf der Homepage Swiss Triahtlon.

### 5.3.5. Olympia Team

Zur optimalen Vorbereitung auf die Olympischen Spiele bildet Swiss Triathlon jährlich das Olympia Team. Dieses Projektteam besteht aus 8 bis 10 Athlet*innen.

Die Zusammensetzung des Olympia Teams erfolgt auf Grundlage einer Gesamtbeurteilung durch Swiss Triathlon. Berücksichtigt werden insbesondere

das aktuelle Leistungspotenzial, die Entwicklungsperspektiven im Hinblick auf die Olympischen Spiele sowie die Potenzialeinschätzung für die zu besetzenden Positionen im Mixed Relay.

Die Zusammensetzung des Olympia Teams stellt keinen Selektionsentscheid im Sinne der Kaderbestimmungen dar.

Mit den Athlet*innen des Olympia Teams werden spezifische Fördermassnahmen sowie Informations- und Austauschtreffen umgesetzt.

Ein Anspruch auf Aufnahme in das Olympia Team besteht nicht.

### 5.3.6. +1 / Zwischenjahr

Unter Transition wird auch das Ausscheiden aus dem Kader verstanden. In der Entwicklung von Athlet*innen gibt es viele Schlüsselmomente und das Leben lässt sich nicht planen, daher können noch zusätzliche, nicht vorhersehbare Faktoren einen Einfluss nehmen. Aus diesem Grund möchte Swiss Triathlon Athlet*innen, welche die Kaderkriterien nicht erreichen, auch ein „Zwischenjahr" gewähren. In diesem +1 Jahr ermöglichen wir den Athlet*innen gewisse Angebote des Verbandes mit zu nutzen. So erfüllen wir unsere Verpflichtung gegenüber den Athlet*innen als Dienstleister und Unterstützer. Wir sind davon überzeugt, dass dies in der langfristigen Entwicklung ein wichtiger Baustein für ein lebenslanges Engagement im Sport ist. Zum einen die Möglichkeit zu geben, wieder Anschluss und damit Kaderstatus zu erlangen. Sei es im Triathlon oder je nach Athletenprofil im Langdistanz, Cross oder Duathlon. Zum anderen evtl. als Coach oder Technical Delegate.

### 5.3.7. Nachsportkarriere

Swiss Triathlon übernimmt auch in diesem Bereich die Aufgabe des Coachings. Gemeinsam mit den Athlet*innen werden individuelle Lösungen gesucht. Ein Netzwerk wird aufgebaut.

Die Athlet*innen geben ihr Leben für den Sport und diese nachsportliche Betreuung ist das Mindeste, was der Verband als Wertschätzung anbieten kann. Dieser Bereich wird mit unserem Partner „athlete network" optimal ergänzt.

Eine bereits bestehende Möglichkeit ist die Trainerlaufbahn. Durch die Möglichkeit, sich als J+S-Leiter ausbilden zu lassen, besteht die Chance, parallel zum Sport die Anerkennungen zu erwerben und nach dem Sport direkt einzusteigen.

Zudem ermöglicht Swiss Triathlon seinen Kaderathlet*innen Praktika für das Studium im NLZ oder in der Administration zu absolvieren.

## 5.4. UNTERSTÜTZUNG VERBAND

Neben den aufgeührten Angeboten pro Kaderstufe, vertieft Swiss Triathlon die Unterstützung angesichts der Strategie mit folgenden Massnahmen:

### 5.4.1. Investition im Schwimmen:

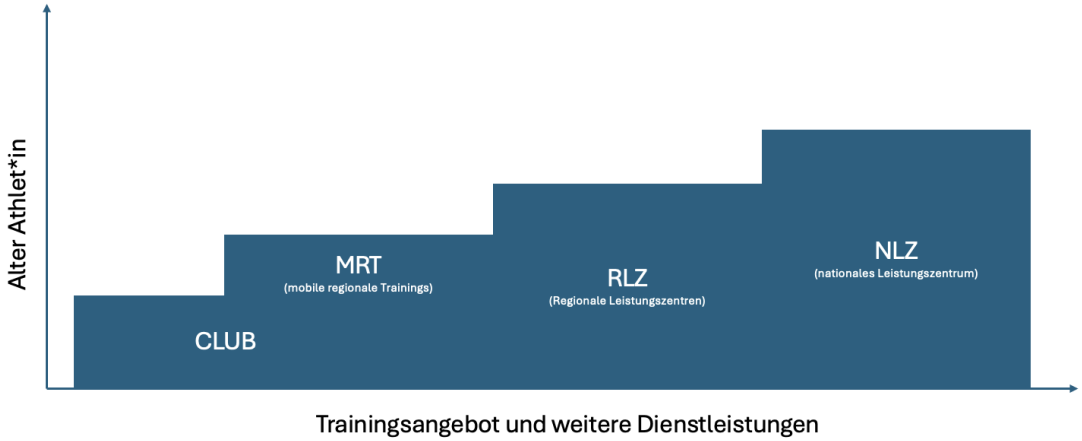
Investitionen im Schwimmsport sind entscheidend, um die Athlet*innen im Triathlon, insbesondere in der Schwimmdisziplin, weiterzuentwickeln.

- **Technikanalyse und individuelle Betreuung**: Swiss Triathlon investiert in regelmässige Schwimmtechnik-Workshops, bei denen Kaderathlet*innen in kleinen Gruppen individuell betreut und ihre Techniken detailliert analysiert werden.
- **Förderung von Trainingslagern**: Swiss Triathlon unterstützt die Durchführung von Schwimm-Trainingscamps für Kaderathlet*innen finanziell.
- **Trainingspläne und -materialien**: Swiss Triathlon entwickelt und publiziert standardisierte Schwimmtrainingspläne für Jugend- und Nachwuchskader, die den Vereinen zur Verfügung gestellt werden. Diese Pläne decken verschiedene Niveaus und Altersgruppen ab und sind auf die Bedürfnisse von Triathleten abgestimmt.
- **Trainerbildung**: Auch in der Traineraus- und Weiterbildung wird dem Thema Schwimmen mehr Gewicht gegeben.
- **Bessere Nutzung von bestehenden Schwimmressourcen**: Swiss Triathlon könnte mit lokalen Behörden und Schwimmbadbetreibern zusammenarbeiten, um Vereinen bevorzugte Schwimmzeiten oder ermäßigte Konditionen anzubieten.

**Empfehlung** – Swim Run und Open Water Races jeweils an einem Abend.

### 5.4.2. Junioren im Fokus:

Die Junioren stehen im nächsten Olympiazyklus im Fokus von Swiss Triathlon. Als Grundlage und um die Entwicklung optimal zu unterstützen, wird ein Rahmentrainingsplan (RTP) erstellt, der als Empfehlung für den Trainingsaufwand dient.




- Damit das Trainingsvolumen in gewissen Regionen vor allem für die kleineren Vereine erhöht werden kann und die Athlet*innen in der Gruppe gestärkt werden können, werden wöchentliche **mobilen regionalen Trainings (MRT)** im Schwimmen von Swiss Triathlon organisiert und angeboten. Diese dienen zur Ergänzung zu der wertvollen Arbeit der Vereine. Gemeinsame Challenge die Athlet*innen weiter zu bringen. Mit Absprache der Coaches können auch Testing oder Video gemacht werden.
- Die **Regionalen Leistungszentren (RLZ)** öffnen zudem einmal pro Woche ein Training für Regionalkaderathlet*innen. Diese Trainings wurden kommuniziert und sind auf der Homepage zu finden.
- **Camps** werden mit den RLZ-Angeboten abgestimmt und dienen als Ergänzung zu den Vereinsangeboten. Weitere Massnahmen zur Unterstützung der Junioren werden laufend eruiert. RLZ öffnen in den Schulferien.
- **Monitoring**: Fortlaufende Leistungsüberwachung: Durch regelmässige Leistungstests und Feedbackschleifen kann der Fortschritt überwacht und der Trainingsplan angepasst werden.
- **Einzelne Inputs zu verschiedenen Themen:** In das jährliche Kaderprogramm werden weiterhin Inputs zu spezifischen Themen mit Fachspezialisten eingebaut. Aktuell sind wichtige Themen Mentale Stärke, Ernährungsberatung mit Fokus Energie, Regenerationstechniken und Austausch mit Vorbildern.
- **Kooperationsprogramme**: Swiss Triathlon hilft regionale Netzwerke zu fördern, um einzelne Challenges anzugehen. Zum einen kann dies der Zusammenschluss der Vereine sein, um ihre Trainingskapazitäten zu bündeln und Ressourcen zu nutzen. Oder andere Herausforderungen von Clubs, Coaches oder Athlet*innen können gemeinsam Lösungen gefunden werden und auch das Netzwerk vom Verband genutzt werden.

Durch diese Ergänzungen kann die individuelle Entwicklung der Athleten noch stärker gefördert und ihre Vorbereitung auf höhere Wettkampfebenen weiter verbessert werden.

**Mobile Regionale Trainings (MRT):**

- Lausanne
- Yverdon-les-Bains / Neuchâtel
- Bern
- Aarau
- Sursee
- St. Moritz (nur im Sommer)

**Regionale Leistungszentren:**

- Genf
- Basel
- Wallisellen
- Tenero

### 5.4.3. U23 Race Craft entwickeln

Die Entwicklung der Race Craft im U23-Triathlon, also der Fähigkeit, Rennen taktisch klug zu gestalten, ist entscheidend, um den Übergang in die Elite zu erleichtern. Es gibt verschiedene Massnahmen, die sinnvoll sind, um diese Fertigkeiten gezielt zu verbessern. Swiss Triathlon startet daher mit **U23 Delegationen**. Dafür werden einzelne Rennen so bevorzugt beschickt. Mit dieser ersten Massnahme möchte Swiss Triathlon die U23 Athlet*innen optimal unterstützen. Das Ziel dabei ist:

1. **Erfahrungen sammeln**: So kann gezielt und betreut. Rennerfahrung auf internationaler Ebene gemacht werden.
2. **Rennen analysieren**: Dadurch, dass ein Coach dabei ist, können die Rennen auch direkt vor Ort detailliert nachbesprochen werden und die taktischen Feinheiten besprochen werden. Eine Rückmeldung wird auch dem Heimtrainer zugesandt.

Situativ wird die Erfahrung mit den U23 Delegationen eruiert und je nachdem angepasst.

### 5.4.4. Know-How entwickeln am NLZ und an die Basis bringen

Die Dienstleitung des Verbandes beinhaltet auch mit den Ressourcen Know-how für die Triathlonszene Schweiz zu generieren und zu teilen. Dieses Wissen wird die Coaches auch in ihrer Entwicklung und deren Athlet*innen fördern. Um das Know-how für Triathlon zu entwickeln und an die Basis zu tragen, werden folgende Schritte und Massnahmen sinnvoll sein:

**1. Zentrale Wissensentwicklung am NLZ**

Forschung und Innovation: Am NLZ sollten kontinuierlich neue Trainingsmethoden und -ansätze entwickelt und wissenschaftlich begleitet werden, um sie in der Praxis zu testen und weiterzuentwickeln.

Technologieeinsatz: Analyse von Leistungsdaten (z. B. durch Wearables, Videoanalyse und Wattmessung) und deren Interpretation sollten zentralisiert und standardisiert werden, um gezielte Trainingsanpassungen für alle Alters- und Leistungsklassen zu ermöglichen.

**2. Ausbildung und Weiterbildung von Trainern**

Trainerfortbildungen: Regelmässige Workshops und Schulungen am NLZ oder hybrid, in denen die neuesten Erkenntnisse und Trainingsansätze vermittelt werden, um das Wissen in die Vereine zu tragen.

Coach-the-Coach-Programme: Trainer an der Basis sollten aktiv in neue Methoden einbezogen und geschult werden, um sie zu Multiplikatoren des Wissens zu machen.

**3. Wissenstransfer zur Basis**

Regelmässiger Austausch mit Vereinen: Durch die whats app Gruppe kann das Know-how von der nationalen Ebene bis in die lokalen Vereine getragen werden.

Kooperationen mit lokalen Trainingsgruppen: Die Coaches Swiss Triathlon werden das Wissen in das Programm MRT implementieren, die auf den neuesten Erkenntnissen basieren und die RLZ bei ihren offenen Trainings beraten.

**4. Jugend- und Nachwuchsförderung**

Zielgerichteter Talententtransfer: Mit der Zusammenarbeit mit anderen Verbänden und Swiss Olympic, wird ein Angebot zur Förderung von Talenten aus anderen Sportarten im Transferprozess unterstützt. Dies ermöglicht auch wieder das Wissen zu Talentidentifikation für die Vereine.

Diese Massnahmen stellen sicher, dass das im NLZ entwickelte Know-how nicht isoliert bleibt, sondern nachhaltig an die Basis getragen wird, um die Triathlon-Entwicklung in der Breite zu fördern.

### 5.4.5. Wissenstransfer

Die erlangten Erkenntnisse aus den verschiedenen Arbeitsschritten, werden aktiv weitergegeben. Das Wissen wird über den whats app Kanal und zusammengefasst in der Aus- und Weiterbildung weitergegeben.

**Digitale Ressourcen**: Über den whats app Kanal werden weiterhin Wettkampfanalysen publiziert. Hinzu kommen zukünftig Trainingspläne und wissenschaftliche Studien. Diese Informationen können helfen die Effizienz und Qualität im Training zu steigern.

**Erfolgsmodelle**: Erfolgreiche Athlet*innen und Trainer*innen könnten durch Dokumentationen, Interviews und Trainingspläne als Vorbilder und Wissensträger fungieren, um bewährte Methoden anschaulich weiterzugeben.

## 5.5. KARRIEREPLANUNG – DUALE KARRIERE

Spitzensportler*innen verfolgen meist eine duale Karriere: ihre sportliche und ihre berufliche. Die Wahl der richtigen Ausbildung und eine frühzeitige berufliche Planung sind wichtig, um die Spitzensportkarriere optimal zu gestalten und sich bestmögliche Perspektiven für die Zeit danach zu schaffen.

Die schulischen/beruflichen Anforderungen steigen oft parallel mit den Anforderungen im Sport. Aus diesem Grund gibt es darauf abgestimmte Lösungen. Informationen von Swiss Olympic zu Schullösungen für Sportler*innen sind online.

In den folgenden Abschnitten sollen die Besonderheiten pro Stufe beschrieben werden und mögliche Lösungsvorschläge werden präsentiert.

Die Karriereplanung ist von grosser Bedeutung und soll intensiver berücksichtigt werden. In den Kadergesprächen wird dies mittels Fragebogen bereits erfasst. Doch die wichtigen Diskussionen finden in 1:1 Gespräche statt. Dafür ist es hilfreich eine vertrauenswürdige Basis zu haben. Mit dem Bildungsnetzwerk versucht man passende Lösungen für die Athlet*innen zu finden.

### 5.5.1. Ausbildung in Foundation F1-F3

Die Kinder besuchen eine Regelschule bzw. –klasse. Dies lässt sich mit der Belastung durch sportliches Training und Wettkampf gut vereinbaren und ist wichtig damit die jungen Sportler*innen ein soziales Umfeld in ihrer Umgebung aufbauen. Ebenfalls ist die Teilnahme am Sportunterricht zentral, da eine grosse Bewegungsvielfalt gefördert werden soll.

### 5.5.2. Ausbildung in Talent T1-T4

In dieser Phase des Athletenweges nehmen die Belastungen durch den Sport zu. Ziel ist es, Leistungssport und Ausbildung in Einklang zu bringen. Mit dem Erhalt einer Swiss Olympic Talent Card regional oder national ist der Besuch an einer Swiss Olympic Partner School möglich. Ab T2 bzw. mit dem Erreichen der U18 Kategorie empfiehlt Swiss Triathlon den Besuch einer Sportklasse, um den schulischen und sportlichen Anforderungen gerecht zu werden.

Bei der Wahl einer Sportschullösung sollte beachtet werden, dass die gewonnenen Zeitfenster nicht durch verlängerte Wegzeiten zur Schule und zum Training wieder verloren gehen. In diesem Fall ist abzuwägen, ob der Verbleib in einer Regelschule gegebenenfalls sinnvoller ist.

Einige junge Sporttalente entscheiden sich nach der Regelschulzeit für eine Berufslehre. Um die berufliche Ausbildung und den Sport seriös voranzutreiben, empfiehlt Swiss Triathlon seinen Kaderathlet*innen eine Ausbildung in einem «leistungssportfreundlichen Lehrbetrieb». Die von Swiss Olympic zur Verfügung gestellte Broschüre «**Berufliche Grundbildung und Leistungssport**» kann zur Unterstützung genutzt werden.

Bis zum Abschluss der Schule bzw. der Berufslehre steht die Ausbildung im Zentrum. Durch die aufgezeigten Sportschul- und Ausbildungslösungen soll aber auch der sportlichen Karriere ausreichend Zeit und Raum gewährt werden.

Athlet*innen, die sich auf der Stufe T4 befinden und den Anschluss an die nationale Elite und im nächsten Schritt das internationale Leistungsniveau erreichen möchten, sollten ihre duale Karriere gut planen, denn die sportlichen Anforderungen sind sehr hoch. Das jährliche Trainingspensum liegt zwischen 800 bis 1’000 Stunden. Die Trainingslager zur Vorbereitung auf die Saison und die internationalen Wettkämpfe sind mit einem erhöhten Reiseaufwand verbunden und erfordern eine hohe Flexibilität durch den Arbeitgeber oder des gewählten Studienganges. Im Zentrum sollte nun nicht mehr die schulische oder berufliche Ausbildung, sondern der Sport stehen.

Swiss Olympic bietet Inhabern einer Swiss Olympic Card eine auf den Leistungssport abgestimmte Laufbahnberatung an. Auch helfen Laufbahnberater*innen an den Berufsinformationszentren. Neben der Beratung ist es hilfreich, bei der Wahl seines Studiums sich mit Leistungssportler*innen, die ähnliche Anforderungen an Training und Wettkampf haben, über ihre Studienerfahrungen auszutauschen.

### 5.5.3. Spitzensport und Studium, Beruf oder als Profi E1/E2

Das Erreichen des E1 Niveaus ist mit einem geringen beruflichen Engagement oder mit dem Abschluss eines Studiums möglich. Um eine weitere sportliche Leistungsentwicklung zu ermöglichen, sollte nun eine Profikarriere angestrebt werden. Insbesondere in der zweiten Hälfte eines Olympiazyklus, mit dem Ziel sich für die kommenden Spiele zu qualifizieren.

**Spitzensport und Studium**: Zu beachten ist, dass Spitzensport und ein flexibles Studium, zum Beispiel ein Fernstudium, welches ideal mit dem Sport kombinierbar ist, von der Athletin / dem Athleten sehr viel Eigenverantwortung und Disziplin erfordert. Dies kann für einige Sportler*innen zur Hürde werden. Mittlerweile gibt es schon hilfreiche Mentorprogramme oder Plattformen (Bsp eduwo.ch). Weitere Details online. Es ist wichtig die richtige individuelle Lösung zu finden und sehr gut die Prüfungen und Saison zu planen.

**Spitzensport und Beruf**: Athlet*innen mit einer abgeschlossenen Berufsausbildung oder Studium können von «Leistungssportfreundlichen Arbeitgebern» profitieren.

**Profisport**: Einige Athlet*innen wagen direkt nach der Schule oder abgeschlossener Lehre den Sprung in den Profisport. Selten erzielen Sportler*innen auf diesem Leistungsniveau bereits ein ausreichend hohes Einkommen, um sich den Lebensunterhalt selbst zu finanzieren und sind auf die Unterstützung der Eltern angewiesen. Auch wenn die Sportlerin / der Sportler nun ausreichend Zeit hat, um sich voll auf den Sport zu konzentrieren, kann dies gleichzeitig eine Hürde sein: Plötzlich fehlt eine geregelte Tagesstruktur. Die eigenen Erwartungen und gegebenenfalls auch die aus dem Umfeld an den sportlichen Erfolg steigen, weil die «Voraussetzungen ideal» sind. Stellt sich der Erfolg aber nicht sofort ein, kann es zu grossen Selbstzweifeln kommen, da die Athletin / der Athlet keinen anderen Fokus durch ein Studium oder Job mehr hat.

Jede*r Athlet*in ist verschieden und hat unterschiedliche Bedürfnisse und Voraussetzung. Ziel ist es, den individuell besten Weg zu finden! Dabei spielt

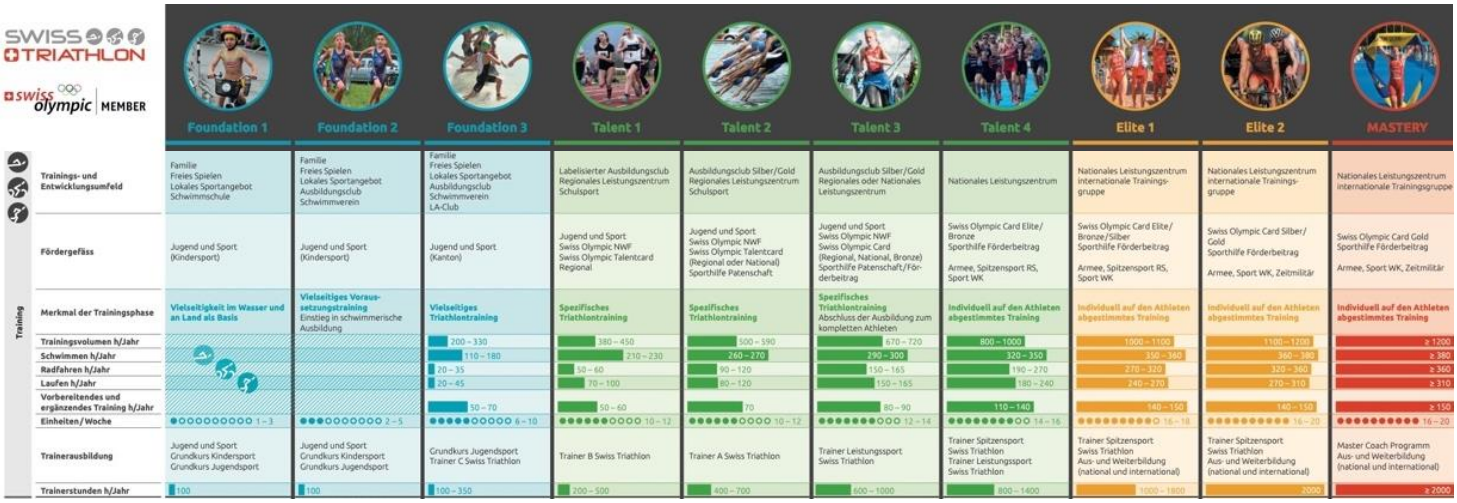
eine detaillierte Mehrjahresplanung ein wichtiger Faktor. Swiss Triathlon nimmt die Verantwortung in der Beratung und Coaching wahr, um gemeinsam mit dem Elternhaus die optimale Lösung zu finden. Welche Ansprechperson für welche Zielgruppe gilt, ist in 5.4.4 aufgelistet.

### 5.5.4. Ansprechpartner für die Karriereplanung

Jährlich findet zwischen den Athlet*innen und den verantwortlichen Personen von Swiss Triathlon einen Austausch statt. Die Trainer*innen der jeweiligen Athlet*innen sowie die Eltern (auf Wunsch der Nachwuchsathlet*innen) werden eingebunden. Diskussionspunkte sind dabei Verlauf der Saison, Leistungsentwicklung, Schule/Ausbildung, Umfeld – Training, Leistungs- und Entwicklungsziele für die kommende Saison, Armee (je nach Bedarf).

Ansprechperson sind jeweils die zuständigen Personen, für Junioren der Nachwuchsverantwortliche und für die Elite die Chefin Leistungssport.

# 6. ATHLETENWEG NACH FTEM - TRAINING




Der Bereich Training im FTEM beschreibt die Trägerschaften, Förderprogramme und Trainer*innen. Der sportliche Aufwand wird im separatem Dokument Rahmentrainingspläne beziffert. Dieser Rahmentrainingsplan ist in Arbeit.

Das **Umfeld** ist die tragende Kraft eines jeder Athletin / jeden Athleten. Dabei geben die Label eine qualitative Übersicht.

Der **Coach** hat eine zentrale Rolle in der Entwicklung der Athlet*innen. Durch Coach2coach werden parallel zu den Ausbildungsinhalten die Coaches in der Praxis gestärkt.

In der Schweiz gibt es eine Vielzahl an **Fördergefässen**. Sowohl für die Athlet*innen als auch für die Vereine.

## 6.1. TRÄGERSCHAFTEN ALS ENTWICKLUNGSUMFELD

Die Trägerschaften ermöglichen die Qualifizierung der Institutionen und Erläuterung der Strukturen. Die Clubstruktur ist zentral für die Entwicklung und findet lokal statt. Als Ergänzung kann ab einem gewissen Level die regionale Struktur genutzt und auf deren Unterstützung zurückgegriffen werden. Die professionelle Vollzeitlösung, oder auch als Input, bietet das NLZ an. Folgend werden die Strukturen vorgestellt.

### 6.1.1. Club

Die Vereine sind der Einstieg in die Sportart und die Basis für den Sport. Durch viel Herzblut und Leidenschaft werden Kinder und Jugendliche ausgebildet. Die Strukturen unterscheiden sich stark. Damit es eine einfache Möglichkeit gibt das Angebot des Vereines im Sinne des Sportes zu qualifizieren und quantifizieren, vergibt Swiss Triathlon alle 2 Jahre Labels an die Vereine. Details dazu unter 6.2.2.

### 6.1.2. Regionale Struktur

In den Regionen werden verschiedene Massnahmen angeboten. Diese haben das Ziel gleichstarke Athlet*innen gemeinsam trainieren zu lassen und eine Ergänzung zu fehlenden Möglichkeiten zu generieren. Das gemeinsame Training kann motivieren. Die Trainer*innen und Athlet*innen haben die Möglichkeit einen direkten Vergleich zu sehen. Zudem ist Triathlon zwar ein Einzelsport, jedoch misst man sich direkt mit den Gegnern und dieser Kontakt kann vorbereitend für die Wettkampfsaison genutzt werden. Ziel ist es, kurze Anfahrtswege zu haben.

Die regionalen Angebote werden von Swiss Triathlon und den grösseren Vereinen in den Region angeboten. Die Regionalkadermassnahmen wurden im Kapitel 5.1.1 erläutert. Zusätzlich gibt es in jeder Region mindestens einen RLZ Coach, der ein wöchentliches Training für Regionalkaderathlet*innen öffnet. Die Liste findet sich online.

### 6.1.3. Nationales LeistungsZentrum (NLZ)

Das NLZ ist ein high performance sport center. Dort wird an Anlehnung an den Jahreskalender ein Vollzeitangebot ermöglicht. Es wird der Triathlonsport trainiert und auch die Regeneration berücksichtigt. Phasenweise werden Trainingspartner eingeladen. Die Zielgruppe sind die Nationalkader Elite. Für die Unterstützung Übergang Junior / Elite können auch Junioren Ü18 berücksichtigt

werden. Es gibt verschiedene Ausbildungslösungen für eine duale Karriere. Je nach Verfügbarkeit werden Athlet*innen aus dem Langdistanz-, Cross- und Duathlonkader entsprechend ihrem Niveau berücksichtig.

Für das NLZ gilt folgende **Vision**:

Das NLZ bietet ein Leistungssportprogramm in einem leistungsförderlichem Umfeld, welches athletenzentriert funktioniert. Ziel ist es die Athlet*innen in der Entwicklung zu unterstützen, damit sie den Anschluss an die (erweiterte) Weltspitze erlangen und im Allgemeinen die Athlet*innen in der Entwicklung zum Spitzensportler*in zu betreuen. Die Inhalte werden niveaugerecht vermittelt. Die Angebote und Inputs orientieren sich an den aktuellsten World Triathlon Standards. Als Athlet*in hast du nur 1 Karriere und Swiss Triathlon begleitet dich, wo möglich.

Daraus erschliesst sich folgende **Mission** im NLZ:

- Das NLZ ist ein Zentrum, das die junge und aktuelle Generation von Athlet*innen dazu inspiriert, ihr Potenzial im Sport und in ihrem Leben zu verwirklichen. Des Weiteren kümmert sich das NLZ auch um die Coach Entwicklung national. Ein Zentrum, das lebt!
- Optimale (Trainings)Bedingungen für die Entwicklung der Athlet*innen bieten: Training, gegenseitiges herausfordern und zusammenarbeiten, um die Rennfertigkeiten zu entwickeln und international erfolgreich zu sein.
- Long-term Lösung mit NLZ Sursee: mindestens bis 2028
- Eine Leistungssport-Kultur etablieren und den Team Spirit promoten.
- Eine attraktive Lösung für Schweizer Nationalkaderathleten in der Schweiz anbieten.
- Das Leistungssportzentrum ermöglicht den Athleten und Coaches sich zu entwickeln.
- Neben dem Kernteam gibt es Inseln mit Spezialisten.

Together everyone achieves more - we are a TEAM. Für dich. Für den Triathlonsport. Für die Schweiz.

Mehr Details zum NLZ finden sich auf der Homepage.

## 6.2. FÖRDERGEFÄSSE FÜR VEREINE

### 6.2.1. Jugend & Sport (J+S)

J+S ist das grösste Sportförderprogramm des Bundes. Ausbildungsclubs melden ihre sportlichen Aktivitäten bei J+S an und profitieren von Subventionen aus der Nutzergruppe 1. Die Anmeldung erfolgt über den J+S-Coach des Clubs. Die Anzahl gemeldeter J+S Aktivitäten spiegelt die Grösse unseres Sports im Bereich Nachwuchs wider und ist ein wichtiges Kriterium bei der Festlegung des Sockelbeitrags der Nachwuchsförderung durch Swiss Olympic.

### 6.2.2. Labelvergabe an Ausildungsclubs

Die Ausbildungsclubs sind ein wichtiger Bestandteil in der Nachwuchsförderung. Daher können sie am Prozess für die Labelvergabe von Swiss Triathlon teilnehmen und profitieren ab einer gewissen Grösse von Geldern aus der Nachwuchsförderung (NWF). Alle zwei Jahre erfolgt die Einordnung der Ausbildungsclubs in die Förderstufen über die Vergabe der Labels. Es gibt die Label

- Gold,
- Silber,
- Bronze und
- Ausbildungsclub.

Diese hängen direkt zusammen mit dem Angebot und den daraus resultierenden Subventionen. Ziel der Labelvergabe ist den Clubs der Nachwuchsförderung Wertschätzung entgegenzubringen und die Qualität des Trainingsangebots sicher zu stellen.

Massgebende Kriterien bei der Vergabe sind dabei die Struktur des Clubs, das Trainingsangebot (Anzahl Trainings/Woche), die Anzahl Nachwuchsathlet*innen, das Leistungsniveau der Nachwuchsathlet*innen, die Ausbildung der Trainer*innen und die Jahresplanung. Dabei wird folgende Timeline verfolgt:

| Wann | Was | Wer |
|---|---|---|
| Herbst 2025/2027 usw. | Verschicken des Fragebogens an die Ausbildungsclub | Swiss Triathlon |
| Mitte Januar | Ausfüllen des Fragebogens | Ausbildungsclubs |

| | | |
|---|---|---|
| Folgejahr (26etc) | | |
| März Folgejahr | Vergabe der Labels | Swiss Triathlon |

Swiss Triathlon erhält für die Nachwuchsförderung (NWF) von Swiss Olympic Beiträge. Diese werden für die Label und angestellte oder mandatierte Berufstrainer*innen eingesetzt. Diese Strukturen nehmen auf dem Athletenweg eine zentrale Rolle ein.

Das gesamte Dokument zu den Label Swiss Triathlon ist online unter swisstriathlon.ch/download-center.

## 6.3. FÖRDERGEFÄSSE FÜR ATHLET*INNEN

### 6.3.1. Swiss Olympic Card

Die Swiss Olympic Card ist eine Auszeichnung für Athlet*innen – einerseits für international erbrachte Wettkampfleistungen und andererseits für vorhandenes Potential. Die Bestimmungen sind online. Swiss Olympic vergibt in Absprache mit Swiss Triathlon die Cards

- Talent (National oder Regional),
- Elite,
- Bronze,
- Silber und
- Gold.

Die **Swiss Olympic Talent Card** ist ein wichtiges Instrument im Schweizer Sportsystem, an dem sich Kantone, Gemeinden und Schulen orientieren. Die gemeinsame und optimale Förderung von talentierten Nachwuchsathleten auf ihrem Weg an die Spitze steht dabei im Zentrum. Die Karte zeigt auf, welche Nachwuchsathleten in Verbandsförderprogrammen erfasst sind und gezielt gefördert werden sollen.

Lokale Talente (T1): Lokale Talente werden über die «PISTE» selektioniert.

Regionale Talente (T1-T3): Athlet*innen des Regionalkaders werden als regionale Talente identifiziert. Sie erhalten eine Swiss Olympic Talent Card regional. Der Besitz dieser Karte ermöglicht ihnen den Zugang zu einer Swiss Olympic Partner School. Weitere Vorteile sind beispielsweise ein vergünstigter oder kostenloser Zugang in einige Schwimmbäder.

Nationale Talente (T3, T4): Athlet*innen des Nachwuchsnationalkaders werden als nationale Talente identifiziert und erhalten eine Swiss Olympic Talent Card national. Sie erhalten damit die gleichen Vorteile wie bei einer regionalen Karte. Zudem profitieren sie von **Dienstleistungen oder Vergünstigungen** von Swiss-Olympic-Partnern.

Athleten der Elitekader erhalten eine **Swiss Olympic Card Elite**. Sie erhalten Zugang zum **Swiss Olympic-Career-Programm** und zu speziellen **Dienstleistungen oder Vergünstigungen** von Swiss-Olympic-Partnern.

Vergabekriterien für eine Swiss Olympic Card Bronze, Silber oder Gold werden in der Tabelle aufgelistet.

| Kriterien | Bronze | Silber | Gold |
|---|---|---|---|
| Voraus-setzungen | Erhalt möglich ab U20 (letztes Juniorenjahr) und U23 Kategorie<br>Vorliegen der Karriereplanung<br>Commitment vom Verband und Athlet*in<br>Im ersten Viertel der Rangliste klassiert | Olympische Disziplinen Einzel und Team<br>Im ersten Viertel der Rangliste klassiert | Olympische Disziplinen Einzel und Team |
| Wettkampf-resultate | Top 16 Junioren oder U23 WM oder Top 12 Junioren oder U23 EM | Top 6 EM Elite Top 8 OS oder WTCS Finale oder WM MR | 1. Rang EM Elite<br>Top 3 OS oder WTCS Finale oder WM MR |
| Potential | Langfristiges Potential | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | für Top 8 Resultate an OS/WTCS respektive EM- Medaille | | |

Das aktuelle Dokument dazu ist auf der Swiss Olympic Homepage zu finden.

### 6.3.2. Stiftung Schweizer Sporthilfe

Die Stiftung Schweizer Sporthilfe ist ein sehr wichtiger Partner. Denn die Stiftung ermöglicht direkte finanzielle Unterstützung für Athlet*innen.

Mit einer Patenschaft profitieren die Nachwuchsathlet*innen von einem jährlichen Unterstützungsbeitrag von CHF 2'000. Athlet*innen mit einer Talent Card National können sich für eine Patenschaft bei der **Schweizer Sporthilfe** bewerben.

Inhaber einer Swiss Olympic Card Gold, Silber oder Bronze haben die Möglichkeit, einen **Förderbeitrag** bei der Stiftung Schweizer Sporthilfe zu beantragen. Es kann ein jährlicher Förderbeitrag bis zu CHF 30'000 ausgelöst werden.

### 6.3.3. Armee

Die Armee ist für Swiss Triathlon ein weiterer wichtiger Partner. Ausgewählte Athleten können von den folgenden drei Fördergefässen der Armee profitieren.

| | |
|---|---|
| Spitzensport-Rekrutenschule (RS) | T4/E1 |
| Spitzensport-Wiederholungskurse (WK) | T4 - M |
| Zeitmilitär Spitzensportlerstellen | E1 - M |

Alle Fördermöglichkeiten sind auch für Frauen offen. Mit der Armee wird eine langfristige Zusammenarbeit angestrebt. Die Athlet*innen sind für ca. 6 Jahren im WK System, bis die Diensttage abgegolten sind.

Das Konzept Spitzensport in der Armee beschreibt die Gefässe und die Anmeldeverfahren.

Die Zusammenarbeit Swiss Triathlon mit der Armee wird in einem Dokument beschrieben.

Swiss Triathlon bietet nach Möglichkeit jährlich eine Spitzensport RS an.

Athlet*innen, die die Spitzensport RS absolviert haben, können in den darauffolgenden Jahren von den Wiederholungskursen (WK) profitieren. Ein*e Athlet*in kann bis zu 130 WK-Tage jährlich beziehen. Die Tage sind zur Unterstützung der Leistungssteigerung einzusetzen. Somit dürfen sie für Training im NLZ, Swiss Triathlon Lager und Wettkämpfe genutzt werden. Dabei müssen mindestens 5 Tage am Stück bezogen werden und mind. 3 Wochen im Voraus eingegeben werden. Bei längerem Sportunterbruch durch Unfall/Verletzung, kann ebenfalls ein WK für die Reha eingeben werden. Das Dokument findet sich auf der Swiss Triathlon Homepage.

### 6.3.4. Unterstützung durch Kantone und Stiftungen

Athlet*innen und Strukturen (Clubs, Regionale Zentren) können von der Unterstützung durch Kantone und Stiftungen profitieren. Dabei sind die Anforderungen für Unterstützungsbeiträge sehr unterschiedlich. Eine Übersicht der Stiftungen und Förderkriterien der Kantone sind hier zu finden.

## 6.4. RAHMENTRAININGSPLÄNE

Vom Einstieg in den Triathlonsport (F3) bis zur Weltspitze (E2/M) ist es ein langer Weg. Dabei ist eine frühzeitige und gute sportliche Grundausbildung wichtig. Das Höchstleistungsalter im Triathlon ist jedoch, wie in den Ausdauerdisziplinen üblich, relativ spät, und liegt zwischen 26 und 29 Jahren. Strukturiertes, langfristiges Training ist der Schlüssel zum Erfolg.

Hierfür ist Swiss Triathlon daran, ein Rahmentrainingsplan mit Trainings-Soll-Stunden und deren Inhalte / Ziele zu erstellen.

## 6.5. TALENT TRANSFER

Das Ziel eines systematischen Talent Transfers ist es, das sportliche Potential einer Athletin / eines Athleten bestmöglich zu entfalten und ihm die Möglichkeit zu geben, auf dem FTEM Athletenweg eine möglichst hohe Ebene zu erreichen.

Triathlon als Ausdauersportart mit drei Disziplinen ist eine gute Chance einen Quereinstieg zu leisten. Dazu gibt es auch bekannte Beispiele, die zu grossen Karrieren führten.

Beim Olympischen Triathlon hat das Schwimmen eine vorentscheidende Bedeutung. Daher haben Schwimmer*innen, die neben den oben genannten Kriterien, auch Potential für das Laufen mitbringen, grosse Chancen für einen erfolgreichen Talenttransfer. Auch ist ein späterer Umstieg als in anderen Sportarten möglich.

Wie die Entwicklung des Triathlons zeigt, sind auch Läufer im Vorteil für einen Transfer.

Mit diesen beiden Sportarten besteht bereits auf lokaler Ebene eine automatische Zusammenarbeit. Oft ist der Triathlon eine Abteilung in einem Schwimm- oder Laufverein oder die Athlet*innen sind in den Teilvereinen und trainieren dort. Daher sollte auch versucht werden hier bereits erste Transfer zu ermöglichen und weitere Vereine darauf zu sensibilisieren.

Triathlon ist eine Nehmer-Sportart und eine mögliche systematischere Kooperation mit anderen Verbänden wird analysiert und aufgegleist.

Hauptziel ist es, dass die Athlet*innen im Sport bleiben. Wenn sich bei einer anderen Sportart der Erfolg nicht einstellt, die nächste Hürde nicht mehr erreicht wird oder das Training zu monoton wird, ist es für das Sportsystem Schweiz ideal, wenn in einer anderen Sportart der Erfolg versucht wird.

## 6.6. TRAINERAUSBILDUNG

Der Coach ist eine zentrale Grösse im Leitungssportförderkonzept. Swiss Triathlon ist es wichtig triathlonspezifische Trainer*innen im Training zu sehen. Auch für die Trainer*in besteht ein Tool Karriereplanung. Die Ausbildungsstufen von der Basis bis zum Berufstrainer sind ebenfalls an das FTEM angelehnt. Alle Details sind im Ausbildungskonzept zu finden. Die Ausbildung läuft über J+S.

Swiss Triathlon hat folgende Trainerengagement (Stand April 25):

National Coach Elite (100%)

National Coach Junior (100%)

Assistant Coach und Sportwissenschaftler (80%)

Assistant Coach NLZ (50%)

Swiss Triathlon hat zum Ziel international Erfolge im Sport zu feiern. Damit die Athletinnen und Athleten optimal darauf vorbereitet werden können, ist auch die Trainerentwicklung von zentraler Bedeutung. Denn die Clubtrainer*innen sind im täglichen Austausch mit den Athlet*innen. So können sie, mit Unterstützung durch das FTEM Modell, deren Entwicklung und das Umfeld positiv beeinflussen.

Als Entwicklungs- und Unterstützungsmöglichkeit wird daher das Programm «Coach 2 Coach» geführt. Die spezifischen Massnahmen werden jährlich definiert und ausgeschrieben. In einem Chat mit den Trainer*innen werden aktuelle Informationen und Themen ausgetauscht. Der Austausch mit dem National Coach Elite soll auch genutzt werden, um von dessen Erfahrungen und Know-how zu profitieren. Auch Teilnahmen an Camps oder Wettkämpfen werden bilateral definiert. Darin geht es um die Weiterentwicklung als Coach um in ein gleich hohes oder höheres Level Einblick zu erlangen, so dass die Trainer*innen wissen, was es auf welcher Stufe braucht – sowohl aus Sicht der Athlet*innen als auch der Trainer*innen, um international erfolgreich sein zu können. Für die langfristige Entwicklung der Athlet*innen und des Sportes ist es ein Muss. Swiss Triathlon ist überzeugt, dass dies ein Schlüssel zum langfristigen Erfolg ist.

Die National Coaches werden in allen Massnahmen eingesetzt. Deren Aufgabe ist eine optimale Vorbereitung und Betreuung für die Athlet*innen zu realisieren. Je nach Grösse der Delegation werden die Clubtrainer*innen für einen Einsatz angefragt. Die Clubtrainer*innen nehmen in diesen Massnahen die Rolle des nationalen Assistent Coach ein und sind für alle Athlet*innen da, nicht nur für die Eigenen. Diese Massnahmen ermöglichen auch den Austausch zwischen Club und Verband zu intensivieren. Daraus ergibt sich die Möglichkeit für die Trainerinnen und Trainer national und international Erfahrungen zu sammeln und die Philosophie des Verbandes zu erleben. Swiss Triathlon ist überzeugt, dass diese Art von Einsätzen wichtig für die Entwicklung des Triathlons und des Trainerwesens in der Schweiz ist.

# 7. ATHLETENWEG NACH FTEM – WETTKAMPF




Wettkämpfe dienen als wichtige Meilensteine in der stetigen Ausbildung und Entwicklung von Athlet*innen. Die stufengerechten Inhalte ermöglichen einen logischen und natürlichen Aufbau und können Athlet*innen, Trainer*innen und Eltern im Aufbau unterstützen. Dies zeigt sich in der Unterscheidung von Kids Cup über den regionalen, zu nationalen und schlussendlich internationalen Wettkämpfen. Damit die Athlet*innen Erfolge erleben dürfen gibt es ein empfohlener Athletenweg für Wettkämpfe. Somit ist das Wettkampfsystem ein wichtiger Bestandteil des Athletenwegs. Je nach Phase und Wettkampf werden bei der Teilnahme unterschiedliche Ziele verfolgt.

Swiss Triathlon ist verantwortlich für die strategische Ausrichtung der Regio League, der Youth League und der National League. Mit der Tendenz zu immer mehr Super Sprint Distanzen an internationalen Wettkämpfen, hat sich auch der Verband dazu verpflichtet, diesen Trend mitzugehen. Dafür hat Swiss Triathlon am Projekt „smart competition" teilgenommen. Ziel war die Inhalte der Ausbildungswettkämpfe mit dem Expertenteam von BASPO, Swiss Olympic und den Vereinen zu durchleuchten und falls nötig Anpassungen vorzunehmen. Die folgenden Abschnitte beschreiben die aktuellen Gegebenheiten.

Die **nationalen Rennen** sind der Einstieg in die Sportlerwelt. Die ermöglichen im angepassten Rahmen die ersten Wettkampferfahrungen zu sammeln.

An **internationale Rennen** und **Meisterschaften** soll niveaugerecht angegriffen werden. Step by step.

## 7.1. REGIO LEAGUE

Die Regio League ist eine Ausbildungsserie und richtet sich an Schüler*innen zwischen 10 und 13 Jahren. Die Teilnehmenden sind Mitglied eines Ausbildungsclubs, in dem sie regelmässig trainieren und an Wettkämpfen teilnehmen oder versuchen den Triathlonsport einfach aus. Auf dem FTEM Athletenweg befinden sie sich im F3-Bereich. Die Regio League findet in den drei Regionen Ost, Mitte und Romandie statt und baut auf zwei Säulen auf: den Wettkämpfen inkl. möglichen Challenges und den Team-Wettkämpfen. Die Challenges sollen den vielseitigen Trainingsinhalten dieser Altersstufe Rechnung tragen. Bei den Staffel-Wettkämpfen steht der Teamgedanke im Vordergrund. Neben den Challenges fördern auch die unterschiedlichen Multisportwettkämpfe innerhalb des Regio League mit Aquathlon, Duathlon und Triathlon die Vielseitigkeit.

Alle Details zur jährlichen Ausführung sind im Manual beschrieben.

| Kategorien | F/M 10-11 | F/M 12-13 | T10-11 | T12-13 |
|---|---|---|---|---|
| Distanzen (km–swim/bike/run) | 0.1-0.15 / 2-4 / 0.6-1 | 0.15-0.2 / 3-6 / 0.8-1.25 | 0.1-0.2 / 2-5 / 0.6-1.25 | 0.1-0.2 / 2-5 / 0.6-1.25 |
| Anzahl Wettkämpfe | 4-5/Region + nationales Final | | | |

## 7.2. YOUTH LEAGUE

Nach der Regio League folgt für die 14- und 17jährigen die Youth League. Bei der Youth League handelt es sich um eine nationale Serie. Die Wettkämpfe der Youth League dienen wie bei der Regio League in erster Linie der Ausbildung der Athlet*innen. Wettkampfmodus und Regeln entsprechen bis auf einige altersspezifische Anpassungen denen der Elite. Die Triathlonrennen werden mit dem Rennvelo und im Draftingmodus ausgetragen. Die Youth League ist für Athlet*innen geeignet, die sich auf dem Athletenweg auf der Stufe F3 bis T3 befinden. Es wird versucht mit den LOC zu organisieren, dass bereits die Altersklassen schon zwei Startmöglichkeiten pro Tag haben. Dies als Training, doppelte Chance, dass es gut läuft oder etwas aus dem Training auszuprobieren, Vorbereitung für die späteren internationalen Rennen und da der Anfahrtsweg schon geleistet wurde. Das Format wird definiert und im Manual veröffentlicht.

| Kategorien | F/M 14-15 | F/M 16-17 | Mixed Team |
|---|---|---|---|
| Distanzen (km–swim/bike/run) | 0.25-0.5 / 6.5-13 / 1.7-3.5 | | 0.2-0.3 / 3-6 / 0.8-2 |
| Anzahl Wettkämpfe | 4-5 inkl. 1x Schweizermeisterschaft | | |

## 7.3. NATIONAL LEAGUE

Die National League ist die höchste nationale Serie. Sie richtet sich an leistungsambitionierte Athlet*innen der Stufe T1 und aufwärts ab dem 18. Lebensjahr. Die National League ermöglicht den Sportler*innen, durch die gemeinsam startenden Kategorien, Erfahrungen mit grossen Starterfeldern zu sammeln und sich mit den besten Athlet*innen bis hin zur Elite zu messen. Sie dient zudem als Vorbereitung auf internationale Wettkämpfe und findet als Super Sprint und Sprint Distanz statt.

| Kategorien | F/M U20 | F/M Elite | Mixed Team |
|---|---|---|---|
| Distanzen (km–swim/bike/run) | 0.25-0.5 / 6.5-13 / 1.7-3.5 (Halbfinale/Finale)<br>Oder<br>0.75 / 20 / 5 | | 0.2-0.3 / 3-6 / 0.8-2 |
| Anzahl Wettkämpfe | Ca. 4 inkl. 1x Schweizermeisterschaft | | |

## 7.4. INTERNATIONALE NACHWUCHSWETTKÄMPFE



Auf internationaler Ebene der Europe Triathlon und World Triathlon gibt es sowohl für den Nachwuchs als auch die Elite Serien und Meisterschaften.

Spezielle Förderung –

Race with friends

Individuelle Planung mit sehr talentierten Athleten – fehlende Dichte, internationaler Vergleich.

Auf europäischer Ebene gibt es den **Europe Triathlon Junior Cup** mit jährlich 10-16 Wettkämpfen. Athlet*innen im Alter von 16 bis 20 Jahren sind hier berechtigt zu starten. Swiss Triathlon empfiehlt Nachwuchssportlern ab Stufe T2, bei Europe Triathlon Junior Cup zu starten. Die Zielsetzungen sind dabei abhängig vom Niveau der Athlet*innen:

T2 – internationale Wettkampferfahrungen zu sammeln,

T3 – auf internationalem Niveau zu bestehen und sich im vorderen Drittel des Feldes zu platzieren,

T4 – Podestplätze zu erreichen.

Voraussetzungen und Bewerbungsfristen für die Europe Triathlon Junior Cup, sowie EM und WM veröffentlicht Swiss Triathlon jährlich auf der Homepage unter den Selektionskriterien für den Nachwuchs.

Das **Youth European Championships Festival** sind die europäischen Titelwettkämpfe für die 15- bis 17jährigen. Es gibt drei Wettkampftage mit einem Halbfinal, Final und dem Mixed Relay. Die Distanzen sind dabei aufgrund der vielen Wettkampftage kürzer. Nach Möglichkeit selektioniert Swiss Triathlon die Athlet*innen über Wettkampfresultate in der Youth League. Die zur Verfügung stehenden Quotenplätze werden in der Regel ausgeschöpft. Ziel ist es, dass die jungen Athlet*innen Erfahrungen mit einer von Swiss Triathlon geleiteten Delegation und internationale Wettkämpfen sammeln. Sie erfahren, wo sie im Vergleich mit der gleichaltrigen Konkurrenz international stehen. Auf dem Athletenweg sind die Sportler*innen auf der Stufe T2 oder T3.

An den **Junioren Europameisterschaften** können Athlet*innen der Kategorie U18 und U20 teilnehmen. Ziel ist es, dass die Teilnehmer*innen bei den Junioren Europameisterschaften bestehen können. Dies bedeutet, dass selektionierte Athlet*innen der Stufe T3 oder T4 die Voraussetzungen für eine Top 25 (Juniorinnen) bzw. Top 30 (Junioren) Platzierung mitbringen. Die Selektion erfolgt über nationale Wettkämpfe wie die National League, wenn eine hohe Qualität des Starterfeldes gegeben ist, oder über internationale

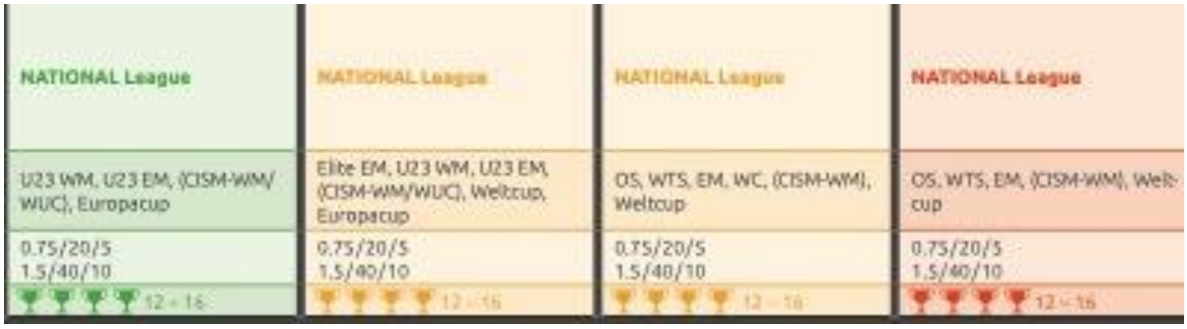
Nachwuchswettkämpfe.

Die Anzahl der Quotenplätze, die Swiss Triathlon für die **Junioren Weltmeisterschaften** erhält, ist abhängig von den Resultaten der Athlet*innen bei den Junioren Europameisterschaften. Daher hat die EM einen sehr hohen Stellenwert für die Selektion. Junioren mit einer Top 20 Platzierung bzw. Juniorinnen mit einer Top 15 Platzierung bei der Junioren EM erfüllen ein Selektionskriterium für die Weltmeisterschaften. Swiss Triathlon versucht, Athlet*innen eine zweite Selektionsmöglichkeit möglichst kurz vor dem Meldeschluss für die WM (33 Tage vorher) und mit Abstand zu der EM anzubieten. Die sportlichen Anforderungen an die Selektion für eine WM sind hoch.

Alle 4 Jahre finden die **Youth Olympic Games (YOG)** statt, jedoch nicht immer mit dem Triathlon auf dem Programm. Aufgrund dieses langen Turnus haben nicht alle Athlet*innen die Chance, daran teilzunehmen. Die Athlet*innen sind 16 oder 17 Jahre alt. Maximal kann ein Land durch 2 Athlet*innen (1w/1m) vertreten werden. Diese Quotenplätze werden bei einem kontinentalen Selektionswettkampf vergeben. Athlet*innen, die die Leistungsfähigkeit mitbringen, einen Quotenplatz zu erkämpfen, befinden sich auf ihrem Athletenweg bereits auf der Stufe T3. Neben der sportlichen Bedeutung der YOGs, sollen sowohl die Athlet*innen wie auch die Trainer*innen Erfahrungen im Rahmen einer Olympischen Delegation mit Swiss Olympic sammeln, Herausforderungen eines solchen Grossanlass kennenlernen und sich aktiv mit den Olympischen Werten Excellence, Friendship und Respect auseinandersetzen. Für potenzielle Kandidaten zukünftiger Olympischer Spiele sind dies sehr wichtige Erfahrungen. Das Selektionskonzept wird auf der Homepage veröffentlicht.

Da in Tokyo 2020 das erste Mal ein Medaillensatz für Mixed Relay (MR) an Olympischen Spielen vergeben wurde, wird diesem Event eine grosse Wichtigkeit zugesprochen. Daher wird bereits im Juniorenbereich versucht an verschiedenen Wettkämpfen Erfahrungen zu sammeln. Ziel dabei ist zudem den Teamgeist zu fördern und Teamtaktik (Trainer und Athleten) zu testen. Das Training dieser kurzen, dynamischen Distanzen und agieren in Gruppen soll daher auch im Training ein grosser Stellenwert haben.

## 7.5. INTERNATIONALE WETTKÄMPFE U23 UND ELITE




Der internationale Trend geht zu kürzeren Distanzen und die Standarddistanz hat nicht mehr das Gewicht wie in der Vergangenheit. Dies liegt auch an der gestiegenen Bedeutung der Mixed Relay. Athlet*innen, die an den Olympischen Spielen 2028 oder 2032 teilnehmen wollen, verpflichten sich, den Fokus auf die Distanzen Supersprint und Sprint zu legen.

Wie bereits in der Einleitung zu diesem Kapitel erläutert, ist die Entwicklung der Wettkampfleistung von zentraler Bedeutung auf dem Weg der Athlet*innen. Leistungsfortschritte werden gemessen und fliessen in die Potenzialeinschätzung ein. Der Verband versucht daher Athlet*innen und Trainer*innen zu unterstützen und schlägt einen Weg vor. Die Athlet*innen sollen auf ihrem Level Erfahrungen sammeln, Erfolge feiern und so motiviert weiterkommen. Das nächste Level verdient man sich mit entsprechend gezeigten Leistungen. Folgende Zielgruppen bewegen sich auf diesem Level

| **Kaderstufe** | Empfohlene Wettkämpfe | Beschrieb |
|---|---|---|
| **A Kader** | WTCS,<br>WTC,<br>Championships priority | Potential für Olympisches Diplom / Medaille |
| **B Kader** | WTCS (based on performance at WTC),<br>WTC,<br>Championships | Potential Olympiateilnahme |

| | | |
|---|---|---|
| **C Kader** | WTC (based on performance at ETC),<br>ETC,<br>U23 Championships | challenged development |
| **C Kader (start with)** | Sprint ETC,<br>NL | development |

Jedes Wettkampf-Level erfordert eine zentrale Kompetenz und fördert die Athlet*innen in der individuellen Entwicklung. Für die Positionierung im World Triathlon Ranking macht es nicht immer Sinn, raschmöglichst auf dem nächst höheren Level zu starten. Daher wird für die „race craft"-Entwicklung folgender Weg empfohlen:

**National League (NL)** : Auf dem nationalen Niveau geht es darum Erfahrungen zu sammeln, eine Rennstrategie zu entwickeln und ausprobieren können.

**Europe Triathlon Cups (ETC)** : International startet man mit Europe Triathlon Cups. Diese ermöglichen es, Erfahrungen an internationalen Rennen zu sammeln. Eine Rennstrategie, die national funktioniert, kann im internationalen Feld geprüft werden. Desweiteren werden Punkte für das World Triathlon Ranking gesammelt und die Athletin / der Athlet kann sich so im Ranking verbessern. Im Zentrum steht aber auch die persönliche Entwicklung als Athlet*in. Alternativ kann auch an anderen Continental Cups (z.B. African Cup) gestartet werden.

**World Triathlon Cups (WTC)** : Diese internationale Stufe ist vor allem für die A- und B-Kaderathlet*innen gedacht. C-Kaderathlet*innen sollten international schon den ersten Durchbruch auf Europe Triathlon Cup Niveau geschafft haben (Top 10 Resultat).

**World Triathlon Championship Series (WTCS)** : A- und B-Kaderathlet*innen mit guter Position im World Triathlon Ranking wird ein Start auf der höchsten internationalen Stufe ermöglicht. Die World Triathlon Cup Resultate bestätigen, ob das Level dafür bereits erreicht ist. Empfohlen wird ein Top 10 Resultat im World Triathlon Cup.

Sowohl für die U23 wie für die Elite finden jährlich Europa- und Weltmeisterschaften Sprint, Standard Distanz und Mixed Relay (MR) statt.

Ziel für die **U23 Europameisterschaft** ist es, einem möglichst grossen U23 Team die Chance zu geben, an den kontinentalen Meisterschaften teilzunehmen. Es geht auch darum, wichtige Erfahrungen in einem «Meisterschaftsrennen» zu sammeln. Die Distanz ist jeweils Supersprint und somit auch ideal für den Einstieg in Erfahrung an Meisterschaften.

Die **U23 Weltmeisterschaft** zeichnet sich durch anspruchsvollere Selektionskriterien als für die EM aus. Die Distanz ist Standard. Die Athlet*innen gelangen aufgrund ihrer World Triathlon Ranking auf die Startliste. Daher muss im Vorfeld ein entsprechender Leistungsnachweis erbracht werden. Der Fokus liegt auf der Erbringung der bestmöglichen Leistung am Tag X.

Elite **Europameisterschaft Standard Distanz**: Swiss Triathlon strebt die Teilnahme mit einem starken und konkurrenzfähigen Team an.

Elite **Europameisterschaften Sprint Distanz**: Swiss Triathlon gibt sowohl erfahrenen als auch jungen Athlet*innen die Chance, an diesen Titelkämpfen teilzunehmen. Die Anforderungen an das sportliche Leistungsvermögen sind weniger hoch als bei der Standard Distanz.

Elite **Weltmeisterschaften**: Die Weltmeisterschaften werden über die World Triathlon Championship Series ausgetragen. Ziel der Eliteathlet*innen soll es sein, sich so im World Triathlon Ranking zu positionieren, dass die Teilnahme an der World Triathlon Championship Series für sie möglich ist. Diese WM zeigt den Standort im internationalen Vergleich. Erfolg an den Finals ist ein Ziel von Swiss Triathlon.

Erfolge in **MR Events** wird als wichtig erachtet. Daher werden für die wenigen Wettkämpfe vor allem Olympia Team Mitglieder berücksichtigt. Ziel ist die Teamtaktik zu testen, das Ranking zu sichern und ein Pool an leistungsstarken Athlet*innen zu identifizieren. Daher sollen auch diese Distanzen, sowie Taktik und Antizipieren des Rennverlaufes einen wichtigen Stellenwert im Training haben.

Für die Meisterschaften erstellt Swiss Triathlon Selektionskriterien, die auf der Homepage von Swiss Triathlon veröffentlicht werden. Den Selektionsentscheid trifft die zuständige Selektionskommission und wird auf der Homepage veröffentlicht.

# 8. TRAININGS- UND WETTKAMPFINFRASTRUKTUR

Für die Ausübung des Triathlons werden verschiedene Infrastrukturen genutzt. Die grösste Herausforderung ist, diese gemeinsam, sprich örtlich beieinander, zu finden. Erschwerend kommt hinzu genügend Wasserfläche zu erhalten. Das Schwimmtraining findet in der Regel im Pool statt. Dafür müssen die Triathlet*innen neben Schwimmvereinen, privaten Anbietern und Schulen Platz finden. Oft ist der Triathlon nur eine kleine Abteilung und wird daher nicht prioritär behandelt. Abgesehen von der Wasserfläche, braucht es für das Lauftraining regelmässig Zugang zu einer 400m Bahn. Idealerweise bietet sich in der Nähe ein asphaltierter Rundweg für das Fahrradtechniktraining an. Diese Trainingsmöglichkeiten nimmt mit der Entwicklung der Sportart an Bedeutung zu. Die kurzen Distanzen, die vielen Kurven, machen einen Entwicklung in der Infrastruktur in der Schweiz nötig.

Die genaue Erläuterung der Infrastrukturnutzung in der Schweiz ist im Anlagekonzept beschrieben.

Dieses kann bei Swiss Triathlon heruntergeladen werden.



# 9. WISSENSCHAFTLICHE UNTERSTÜTZUNG

Swiss Triathlon betreut jeweils ein sportwissenschaftliches Projekt. Im 2024 wird die „Effizienzoptimierung für Paris 24" im Fokus stehen. Daneben werden verschiedene Leistungsdiagnostische Tests durchgeführt, die zur Trainingssteuerung und zur Übersicht Athletenkapazität führen. Im Praxisbezug nimmt auch die Analysen von Wettkampfleistungen oder Trainingsdaten an Gewicht zu. Diese werden fortlaufend auch den Trainer*innen zur Verfügung gestellt. Spezifisch für die Wettkämpfe hat der Sportwissenschaftler auch factsheets für spezifische Themen wie Jetlag und Supplementierung erstellt.

Ab 2025 ist das Ziel eine fixe Anstellung eines Sportwissenschaftlers ermöglichen zu können, damit noch mehr Unterstützung für die Sportler*innen und Trainer*innen gewährleistet werden kann und auch rasch reagiert werden kann.



# 10. MEDICAL KONZEPT

Neben der Erbringung von Leistung ist auch die Gesundheit zentral. Zum einen geht es um Prävention, aber dann auch um Rekonvaleszenz. Dafür hat Swiss Triathlon ein kompetentes Team im Hintergrund. Das Team ist aufgestellt mit einem Chief Medical Officer für die Elite und einen Junioren. Ergänzt wird das Team durch einen Physioteam. Details sind im Medical Konzept zu finden, das auf der Homepage von Swiss Triathlon heruntergeladen werden kann.

# Impressum

Herausgeber: Swiss Triathlon, Abteilung Sport

Autoren: Tamara Mathis, Christoph Mauch, Oskar Tiex, Jordi Meulenberg

Datum: April 2026

Member

World Triathlon swiss olympic

Sponsor

DESCENTE