

Thema:

Definitionen in Bezug um das Thema Leistungssport im Beckenschwimmen

Begrifflichkeiten und Begründungen:

Es gibt viele verschiedene Definitionen zu dem Thema Leistungssport im Allgemeinen und auch spezifisch im Beckenschwimmen. Vielleicht abweichend von anderen Meinungen haben wir uns für folgende Begrifflichkeiten und Voraussetzungen entschieden um zum einen den Hochleistungssport und zum anderen auch die Leistung der Basisvereine zu honorieren.

Leistungssportorientiert ist eine Umsetzungsform in einem Verein oder Abteilung wenn man mindestens 4 Schwimmgruppen vom „Anfängerschwimmen“ (ohne Schwimmschule) bis zu einer „1. Mannschaft“ anbieten kann und diese alle in eine gewisse Alters- und damit auch Inhaltsabfolge abgestimmt sind.

Leistungssport im Beckenschwimmen wird in einer Schwimmgruppe und somit in einem Verein, Abteilung oder Stützpunkt betrieben, wenn

- Ein Gesamtvolumen von mindestens 10 Trainingsstunden pro Woche in mindestens einer Schwimmgruppe angeboten und umgesetzt wird. Diese Stundenzahl kann durch eine Kombination von Schwimm- und Landeinheiten erzielt werden. Der Schwimmanteil sollte jedoch dabei mindestens 5 Einheiten pro Woche mit im Schnitt 1:30 Std. Training betragen.
- Das Training in den Ferien (außer ein paar Erholungswochen in den Sommerferien) sollte etabliert sein.
- Mindestens ein Trainingslager sollte in der Saison stattfinden.
- Eine Abstimmung des Trainings mit Schule / Ausbildung / Studium / Beruf der Sportler sollte vorhanden sein.
- Zielsetzungen von Trainer und Sportler sollten für die Saison vorhanden sein.

Hochleistungssport im Beckenschwimmen wird in einer Schwimmgruppe und somit in einem Verein, Abteilung oder Stützpunkt betrieben, wenn

- Ein Gesamtvolumen von mindestens 20 Trainingsstunden pro Woche in mindestens einer Schwimmgruppe angeboten und umgesetzt wird. Diese Stundenzahl kann durch eine Kombination von Schwimm- und Landeinheiten erzielt werden. Der Schwimmanteil sollte jedoch dabei mindestens 8 Einheiten pro Woche mit im Schnitt 1:45 Std. Training betragen.
- Das Training in den Ferien (außer ein paar Erholungswochen in der Saison) sollte etabliert sein.
- Mindestens zwei Trainingslager sollten in der Saison stattfinden.
- Ein Hauptamtlicher Trainer sollte hier angestellt sein und sich stetig weiterbilden.
- Eine Kooperation mit einer Schule sollte hier vorhanden sein.
- Die Trainingsstätte für Kraft/Athletik sollte in unmittelbarer Nähe sein
- Auf die Schwimmhalle und andere Einrichtungen sollte man sehr guten Zugriff haben um die Trainingseinheiten optimal koordinieren zu können.
- Zielsetzungen aller Beteiligten sollten für einen Olympiazzyklus gesetzt werden und durch einen schriftlichen, langfristigen Aufbau strukturiert festgehalten werden.
- Die Kommunikation und Koordination der Rahmenbedingungen sollte vom Träger/Verein durch den Vorstand mit dem Verband abgestimmt sein.
- Eine detaillierte Abstimmung des Trainings mit Schule / Ausbildung / Studium / Beruf der Sportler sollte vorhanden sein.
- Professionelle Karriere-/Laufbahnberatung um die Themen Sport-Schule-Beruf
- Manager für administrative Aufgaben wie Reise- und Terminkoordination, Sponsoring / Werbung, Pressearbeit, Finanzberatung und ähnliches.
- Möglichkeiten zur körperlichen und geistigen Regeneration (z.B. nahegelegene Physiotherapiepraxen, Kältebecken, Saunen, etc.).

- Kooperation mit einer sportärztlichen Praxis um halbjährliche Kontrolluntersuchungen professionell und gut organisiert durchführen zu können und bei den ersten Anzeichen einer Verletzung o.ä. eine direkte Anlaufstelle zu haben bei der der Sportler nicht als normaler Patient behandelt wird.
- Psychologische Betreuung für Sportler die z.b.. durch Lockdown, Doppelbelastung, etc. das Gefühl haben einen Ansprechpartner zu brauchen (hier: nicht der Heimtrainer, da Professionelle Hilfe analysierend, emotionslos und zielstrebig stattfinden würde)
- Möglichkeit zur altersspezifischen Leistungsdiagnostik (videogestütztes Techniktraining und Wettkampfanalysen, Laktatmessungen, etc.)

Dieses Dokument dient vor allem als Basisdokument für weitere White Papers.