



Regionalkader Bern 2018

Herzlich Willkommen
Zum KickOff Tag
Sa 04. November 2017



- **Programm:**

- 09:15 Begrüssung vorstellen Trainerstaff
- Anschl. Info Regionalkader Bern
Vorstellung Tätigkeiten, Angebote
Pflichten, Verhalten, Regeln
Info Talent Card Selektion/Kriterien
- 10:00 Verteilen der Kader Shirt
Einziehen der Kosten für Essen
- 10:30 1. Training in den Disziplingruppen
- 12:00 Mittagessen Lauf und Wurf
- 12:30 Mittagessen Sprint + Sprung
- 13:30 Info in den Disziplingruppen
- 14:30 2. Training in den Disziplingruppen
- 16:30 Schlusswort in der Sporthalle



- Regionalkader Bern Trainerstaff 2018
- Headcoach: Daniel Ritter LC Kirchberg
- Sprint: Adrian Gubler TV Länggasse Bern
- Hürden: Daniel Ritter LC Kirchberg
- Lauf: Heinz Zurbrügg LC Scharnachtal
Thomas Hürzeler RTZ Berner Oberland
- Ku/Di: Hansruedi Meyer STV Attiswil
- Speer: Isidor Fuchser LA TV Fraubrunnen
- Hoch: Thomas Friedli TV Herzogenbuchsee
- Stab: Stefan Müller ST Bern
Philipp Yao TV Länggasse Bern
- Weit/Drei: David Spichiger TV Länggasse Bern
- Der Trainerstab kann jederzeit ausgebaut werden,
Kandidaten sind im Gespräch und Interessierte Trainer dürfen sich
unverbindlich bei mir melden.



Info Regionalkader Bern

- Das Swiss Athletics Regionalkader Bern soll den talentiertesten Leichtathleten im Alter zwischen **14** und 19 Jahren des Kantons Bern und angrenzender Kantone (Solothurn, Freiburg, Oberwallis) mit qualitativen Trainings helfen, den Anschluss an die nationale Spitze zu schaffen.
- Die Kader- und Stützpunkttrainings sollen die Vereinstrainings sinnvoll ergänzen - *niemals ersetzen*.
- Die Kaderbildung erfolgt aufgrund von Kader-Richtwerten, *die Kadertrainer behalten Sich vor die Richtwerte jederzeit dem Niveau / Grösse anzupassen*.
- Heimtrainer sind in jedem Training willkommen!



- Teilnahme:
- Nach erfolgter Selektion ist die Teilnahme am Regionalkader am Ende jedoch freiwillig!

- Pflichten:
- *Vollständiges* Ausfüllen des Fragebogens. (Angaben Heimtrainer)
- Teilnahme am KickOff-Tag (Heute)

- Erwünscht ist eine Teilnahme an den Kaderweekends vom:
- 08.+ 09.12.2017 (angemeldet bis heute 83 Athleten = Ausgebucht)
- 12.+ 13.01.2018 (72 Athleten / 8 freie Plätze)
- 02.+ 03.03.2018 (65 Athleten / 15 freie Plätze)

- Kosten:
- Die Pflichtanlässe sind *Kostenlos!* (Für Athlet, Verein und KLV)
- Kostenbeteiligung beim Weekend für Übernachtung und Verpflegung beträgt: Fr + Sa = 80.- / Sa = 20.- (Mittag) / Fr = gratis! (kein Essen)

- **Zusätzliche** wöchentliche Trainingsangebote:

- Alle Trainingsinhalte richten sich nach den Erkenntnissen der modernen Trainingslehre für einen vernünftigen Winteraufbau, um für die Outdoor-Saison in einer guten Ausgangslage zu sein.
- Aus diesem Grunde empfiehlt sich ein regelmässiger Besuch dieser Stützpunkte.
- Die Kadertrainer sind gerne bereit Athlet/Trainer bei der Jahresplanung zu unterstützen. (Aufwände sind Kostenpflichtig und direkt mit dem Kadertrainer abzurechnen)

- Angebote:

- **Hürden** Daniel Ritter
Mittwoch 15:00-17:00
beginnt ab: 15.11.2017
Bern Wankdorf
ab mind. 3 Teilnehmer
- **Kugel + Diskus** Hansruedi Meyer
Freitag 18:00-20:30
beginnt ab:01.12.2017
Magglingen End der Welt
- **Hochsprung** Thomas Friedli
Freitag 18:00-21:00
beginnt ab: 10.11.2017
Magglingen End der Welt
- **Speer** z. Z kein Angebot
- **Weit / Drei** David Spichiger
Freitag 18:15-20:15
Dieses Angebot gilt nur für jene die regelmässig (75%)
kommen, beginnt ab 10.11.2017
Bern Wankdorf



- Lauf
Oberland Nord
Heinz Zurbrügg
Natel: 079 822 17 80
Mail: info@sportandfun.ch

Oberland Süd
Thomas Hürzeler
Natel: 079 630 58 50
Mail: thoms.huerzeler@quicknet.ch

TH Dürrenbühl, Spiez
Montag 17:45 – 19:15

Interlaken
Wochentag noch offen
- Sprint
z.Z kein Angebot
- Stabhoch
Angebot am Freitagabend bereits ausgebucht!



- **Zusätzliche Angebote im Winter:**

- Regelmässig unregelmässig, ca. 1 x pro Monat

- Lauf: Sa 25.11.2017 Bern Wankdorf Crosslauftraining
 Sa 30.12.2017 Bern Wankdorf Crosslauftraining
 Sa 06.01.2018 Bern Wankdorf Crosslauftraining
 Sa 24.02.2018 Bern Wankdorf Crosslauftraining
Die Trainings beginnen jeweils um: 13:00Uhr!

- Fr/Sa 08.+09.12.2017 Magglingen 1. Gr. Zusammenzug
- Fr/Sa 12.+13.01.2018 Magglingen 2. Gr. Zusammenzug
- Fr/Sa 02.+03.03.2018 Magglingen 3. Gr. Zusammenzug



- Verhalten / Regeln
- Damit die Disziplinen Coaches sich richtig vorbereiten können ist eine Anmeldung für diese Zusatz Trainings unumgänglich!
- Bei Verhinderung dann umgehend auch Abmelden!
Abmeldung für Übernachtung in Magglingen bis am Montag (12:00) vor dem Zusammenzug, ansonsten muss ich die Übernachtung verrechnen.
- Sämtliche Kommunikation erfolgt via Mail!
(Bitte Mailadresse kontrollieren und Mailbriefkasten regelmässig checken!)
- Informationsplattform auf: www.blv-nachwuchs.ch Rubrik: Nachwuchskader
Dort findet Ihr sämtliche Infos, zum Teil direkt nach Disziplingruppe sortiert.
- Teamspirit etwas zelebrieren!
Bei den grossen Kaderaktivitäten (heute, Weekend Magglingen etc.)
bitte das Kadershirt tragen.
- Fairness und Respekt:
Innerhalb von dem Regionalkader Bern akzeptieren wir uns gegenseitig
(u20 Werfer und u16 Läuferin), und unterstützen den der Unterstützung braucht.
Ausserhalb vom Regionalkader respektieren wir sämtliche Sporttreibenden,
Rythmische Sportgymnastik, Parcoure, Cross-Fitter etc..
- Einfach: «cool and clean»

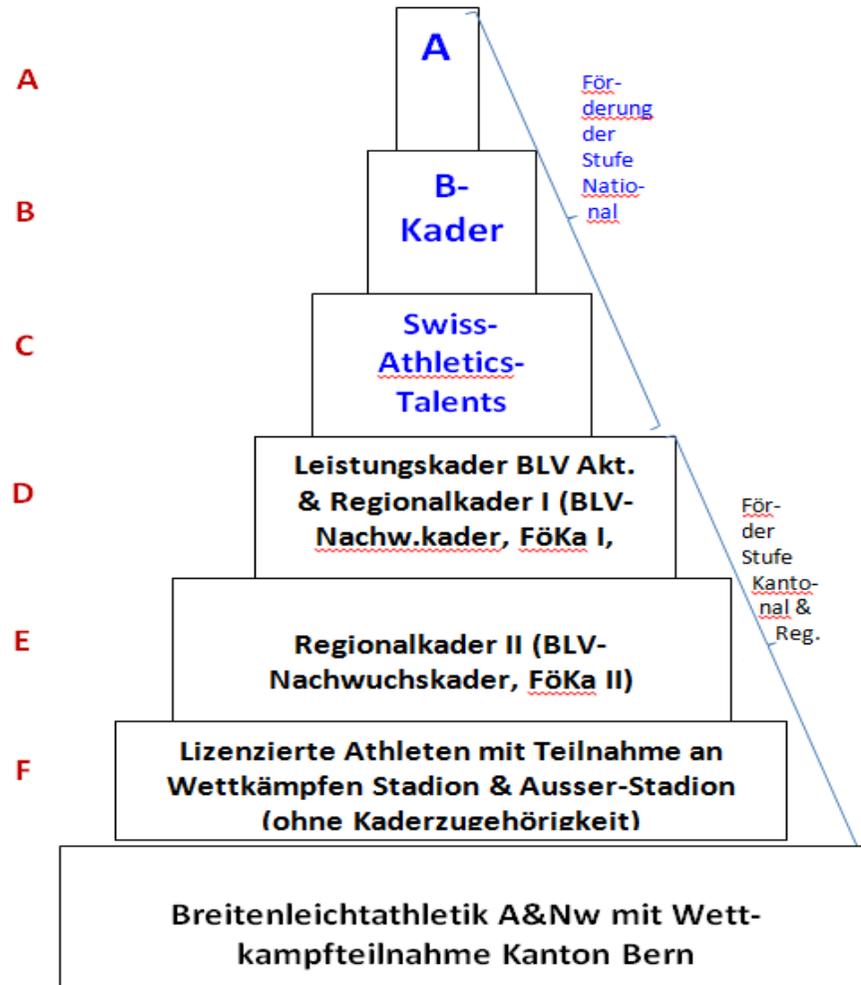




- Information über die Kaderstrukturen im Kanton Bern und der daraus resultierenden Selektionen.

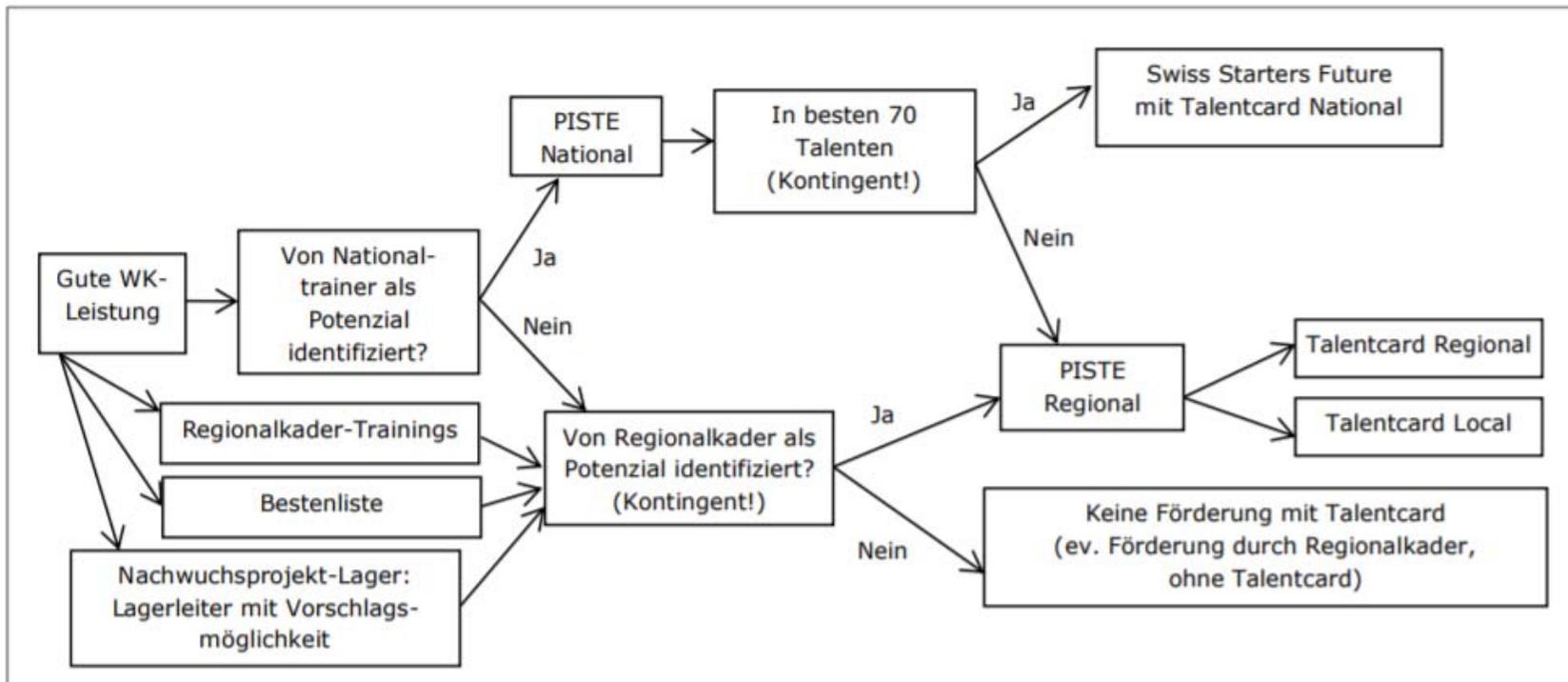
Stufe

Förder-Ebene



Talent-card	Anz TN	T-Einh/Woche	Selektionskriterien
Elite oder höher	20-30	>6x	A-Kader & WCP: Qualifikation für Aktiven Grossanlass
National oder Elite	70-120	6x	B-Kader: Leistungs-Limiten Marschplan ab 16 Jahren hin zum zu Aktiv-EM-Level (EYOF-Level)
Nachw. LA-Verbände Swiss-/BLV	100-130	4x	PISTE - Qualifikation (gem. SOA)
BLV	200-400	2-3x	Aktive: <u>Limite</u> CH-Meisterschaften sowie in 30-Bestenliste; U20-U18: <u>Limite</u> CH-Meisterschaft; in Top 30 CH-Bestenliste der <u>entspr. Kat.</u> ; <u>Quali</u> Regio-Meistersch.
BLV	400-600	2x	U16-U10: Top 30 in CH-Bestenliste, <u>Finalquali</u> an Kantonalmeisterschaften, <u>RM-Quali</u> sowie die BE-Finalisten der nat. Nachwuchsprojekte UBS Kids-Cup, Mille Gruyère, Migros-Sprint
BLV	700-800	1-2x	Lizenzierte Athleten BE sowie Berner Teilnehmer der nat. Nachwuchsprojekte. Ohne <u>Quali</u> für höhere <u>Limiten</u>
BLV	13'000	1x	Nichtlizenzierte mit Teilnahme an Turnfesten, Stadt-, Berg- und Geländeläufen (Cross), etc.

3.2. Prozess der Primärselektion



- 3.3. Kriterien der Talentselektion
PISTE in der Leichtathletik
- Seit Einführung der PISTE 2009 gelangten in der Leichtathletik zahlreiche Kriterien für die
- Potenzialprognose zur Anwendung. Seit einer Evaluation im Jahr 2014 gelangt folgendes, statistisch
- als signifikant nachgewiesene Kriterien-Set zur Anwendung:
 - Wettkampfleistung (und -dichte)
 - Leistungsentwicklung Bewertung automatisiert, durch Swiss Athletics
 - Relative Age
 - Potenzial-Einschätzung Bewertung durch Nationaltrainer/Regionalkaderchefs



• Wettkampfleistung

- Die Wettkampfleistungen eines Athleten werden nach einer 100er-Punkteskala bewertet. Dabei wird die beste Leistung des Jahres als Grundpunktzahl bepunktet (max. 84Pt). Die zweit- und drittbeste Leistung werden ebenfalls bewertet und geben Zusatzpunkte und bilden damit die Leistungsdicht ab (max. 16Pt).
- Die Punkteskala folgt für den oberen Leistungsbereich statistisch erhobenen Entwicklungskurven, welche eine Einordnung der Leistung anhand der Zielsetzung EM-Limite (rote Kurve) oder WM-Limite (blaue Kurve) erlaubt.
- Im unteren Leistungsbereich stützt sich die Punktetabelle dagegen auf langjährige Erfahrungswerte des Verbands.

- ## Leistungsentwicklung

- Sie wird in Form von Kerndichte-Berechnungen einerseits der Jahresbestleistung (Leistungsentwicklung Saison Bestleistung) sowie dem Durchschnitt der Ränge 2-4 (Leistungsentwicklungs-Dichte) berechnet. Dabei wird analysiert, wie sich andere Athleten in diesem Altersjahr in genau diesem Leistungsbereich statistisch entwickelten. Als Basis dienen grundsätzlich die Resultate der Schweizer Bestenlisten seit 2006.
Je überdurchschnittlicher man sich entwickelt, desto mehr Punkte gibt es. Aufgrund der zweijährigen Dauer kann man so auch ein Verletzungsjahr kompensieren. Leistungsentwicklungs-Punkte werden erst ab den Leistungen mit 14 Jahren vergeben, d.h. erst ab 15-jährige kriegen dieses Kriterium bepunktet.

• Relative Age

- Mit dem Relative Age Effekt bezeichnet man die Tatsache, dass bei einer Kategorisierung nach Kalenderjahr die im Jahr früher geborenen Athleten (Januar-März) einen natürlichen Entwicklungsvorsprung haben, aufgrund dessen sie insbesondere in jüngeren Jahren auch eine bessere Leistung erzielen.
- Um die Chancengleichheit unabhängig des Geburtsmonats zu gewährleisten, werden später im Jahr geborene Athleten zusätzlich bepunktet, während früh geborene bei diesem Kriterium nur wenig Punkte holen können.
- Dieses Kriterium wird in der PISTE Swiss Athletics jedoch nur bis zum 16. Altersjahr gewichtet. Ältere sind dieser Startungleichheit entwachsen.

• Potenzial

- (eine einzige Gesamtnote aus einem Kriterienkomplex)
- Ermittelt wird das Potenzial in Form einer Trainereinschätzung in Form einer Gesamtbetrachtung, die mit einer einzigen Note ausgedrückt wird.
- Es zeigte sich in früheren Versionen der PISTE, dass bei „Soft Facts“ wie Psyche oder Umfeld die Realität derart unterschiedlich interpretierbar und individuell zusammengesetzt sein kann, dass in diesem Fall eine automatisierte Bewertung zu viele Falschinterpretationen hervorbringt.
- Swiss Athletics entschied sich ganz bewusst, die Potenzialnoten dort erstellen zu lassen, wo das beste Wissen besteht. Die Kandidaten der Swiss Starters Future werden von den Nationaltrainern beurteilt, die das nötige Wissen über die Entwicklungskriterien für den Schritt auf internationales Level besitzen. Die anderen werden von den Regionalkadern eingeschätzt, da die dortigen Kadertrainer regelmässig mit den Athleten arbeiten und sie deshalb besser kennen.

Übersicht: Erhebung des Potenzial-Kriteriums mit PISTE National und PISTE Regional/Local

Stufe Talentcard National

1. Stufe: Internationale Potenzialbeurteilung mit 2 Prognosen: mittelfristig und langfristig
2. Stufe: Begründung der Prognose
 - Entwicklungsreserve
 - Durch realisierbare Trainingsoptimierung
 - Hinsichtlich Zubringerleistungen
 - Leistungsstand (Abstand zu Internationalem Leistungsstand dieses Alters, Erreichbarkeit des Standards mittel-/langfristig)
 - Belastbarkeit
 - Körperliche Voraussetzungen
 - Trainingsumfeld
 - Motorische Voraussetzungen
 - Beruf/Ausbildung
 - Psyche

Stufe Talentcard Regional/Local

- Trainingshintergrund
- Umfeld: Entfaltungsmöglichkeiten durch Training / Beruf / Privat
- Körperliche Voraussetzungen
- Psyche:
 - Leistungssport-Mindset
 - Konsequenzbewusstsein
 - Konkretes Leistungssport-Commitment
 - Eigeninitiative
 - Robuster Wille (Frustrationstoleranz)

Kein obligatorischer Beurteilungskatalog! Die Regionalkader beurteilen nur das, was sie im Rahmen ihrer Kadertätigkeiten mit bewältigbarem Aufwand erheben können

3.4. Gewichtung der Kriterien

Mit der Gewichtung wird versucht, die im jeweiligen Altersjahr entscheidendsten Kriterien (höchste Prognoseverlässlichkeit) bestmöglich zu berücksichtigen. Manche Kriterien haben nur in beschränkten Zeiträumen eine relevante Aussagekraft.

Während die Wettkampfergebnisse, Leistungsentwicklung und Relative Age rein objektive, auf Statistik basierende Werte darstellen, handelt es sich bei der Potenzial-Einschätzung um eine (immerhin nach einer definierten Kriterienstruktur erhobene) Trainereinschätzung der Soft Facts. Somit wird die Bewertung dem Namen von PISTE als Trainereinschätzung im wahrsten Sinn des Wortes gerecht.

Tabelle Kriteriengewichtung (Version PISTE 2016/17)

Alter	Wettkampf- resultate	Leistungs- Entwicklung	Potenzial- Einschätzung	Relative Age
12j	30	0	48	22
13j	30	0	42	22
14j	36	0	35	22
15j	43	16	33	5
16j	46	20	30	0
17j	50	20	30	0
18j	50	20	25	0
19j	55	20	25	0

Die Wettkampfergebnisse sind vor der Zweiten Pupertalen Entwicklungsphase für eine Prognose wenig aussagekräftig, ja sogar eher verfälschend. Danach wird dieses Kriterium aber zum mit Abstand wichtigsten und verlässlichsten Potenzial-Faktor. Aus demselben Grund wird auch die Leistungsentwicklung erst später gewichtet. Die Potenzialeinschätzung ist –sofern zuverlässig erstellt- im jungen Alter noch am ehesten in der Lage, ein künftiges Talent zu identifizieren. Im Laufe der Zeit verschiebt sich bei diesem Faktor die Bepunktung insbesondere zu Gunsten der Wettkampfergebnisse (Hard Facts). Der Relative Age Effekt wächst sich mit etwa 15/16 Jahren aus.



https://www.swiss-athletics.ch/wp-content/uploads/de_nwfkonzzept2016.pdf





Organisatorisches



- 1) Bezug Kader T-Shirt
- 2) Angeben der Grösse und Bezahlung Mittagessen beim Disziplintrainer
- 3) Umziehen Sportkleider
- 4) Treffpunkt Foto Shooting 10:20Uhr
anschl. Beginn 1. Trainingsblock
- 5) 12:00Uhr Mittagessen Lauf / Wurf
12:30Uhr Mittagessen Sprint / Sprung
- 6) 14:30Uhr Beginn 2. Trainingsblock
- 7) 16:30Uhr = Kursschluss in der Halle



Viel Vergnügen!