



Anpassung des Wettkampfsystems für den Nachwuchs im Ski Mountaineering

William Déglise



Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer

Inhalt

1. Analyse des alten Wettkampfsystems
2. Neuerungen des aktuellen System
3. Herausforderungen
4. Ergebnisse & Feedback





Anfängliche Fragen

- › Ist der Leistungssport im Nachwuchsbereich für die langfristige Entwicklung der Jugendlichen geeignet?
- › Welche realistischen Anpassungen können im Wettkampfsystem für Nachwuchsathleten und -athletinnen im Ski Mountaineering implementiert werden?



Altes System

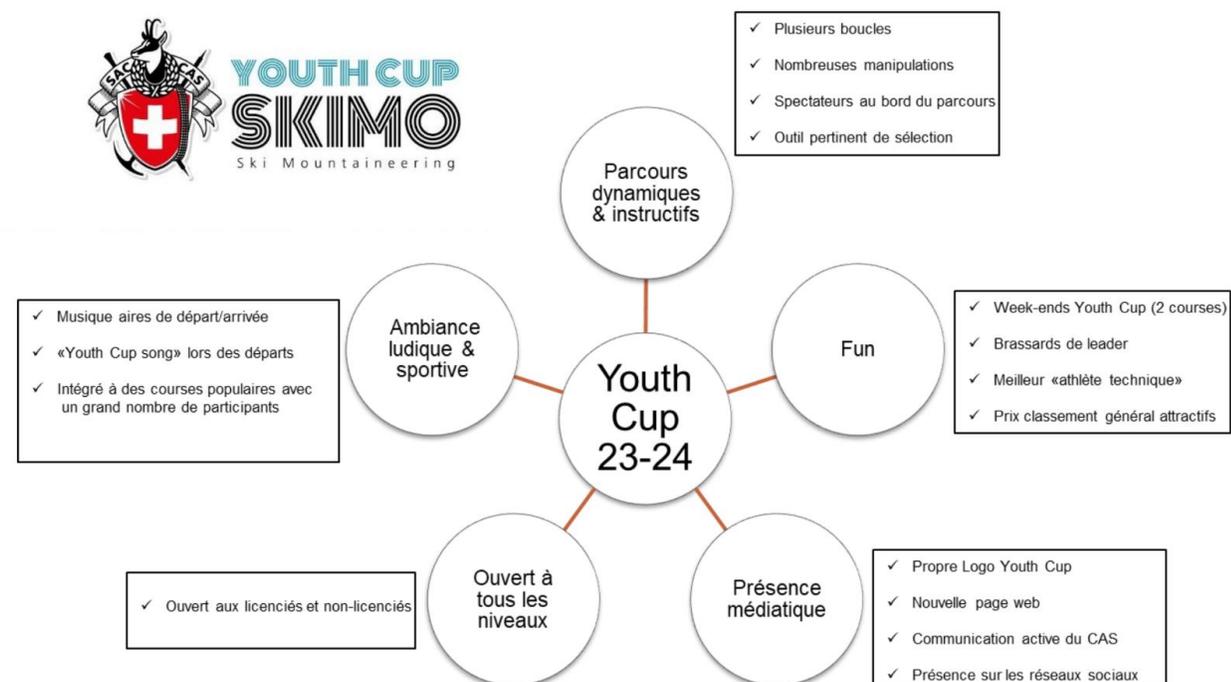
PERFORMANCE	Technik-Taktik	Möglichkeiten zur Lösungsfindung von zahlreichen, technisch-taktischen, herausfordernden und attraktiven Aufgabenstellungen.	- augmentation du nombre des situations qui implique la technique et la tactique. Technique: 1. - introduction d'un parcours uniquement technique - avant la course. Permet de récolter des points bonus pour la compétition qui influenceront le temps final. (compensation sur le classement final) - intégrer des éléments techniques dans la course (dans une montée, pause + exécution d'un élément technique.) Gibt es verschiedene Techniken im Aufstieg, usw. alles machen lassen (constraint led) Tactique: 2. - plus de choix dans les traces (p. ex 3 au lieu de 2) - répéter les choix plus souvent (parcours plus court et répété (boucle))
	Athletik	Möglichkeiten zur physischen Entwicklung durch herausfordernden Situationen	- fractionner les montées trop long en imposant des pauses ou en modifiant les parcours (plus courts)
	Psyche	Räume und Situationen schaffen, um emotionale Regulation aufzubauen, Konzentration und Wille zu schulen, Funktionen wie Leadership zu übernehmen und Kommunikation gezielt einsetzen.	pauses forcées, permet d'augmenter les capacités de concentration et la réussite d'un élément technique par exemple.
	Gesundheit & Sicherheit	Keine physische und psychische Gefährdung des Individuums im Namen der Leistung	intermittierende Aufstiege, Technikwechsel,
	<i>zusätz. Kriterium</i>	wählbar	
	<i>zusätz. Kriterium</i>	wählbar	



Neues System

Ziele des neuen Formats

- › Ein Wettkampfsystem anbieten, das die Entwicklung junger Athletinnen und Athleten langfristig verbessert (technisch/taktisch/physiologisch/psychologisch)
- › Die Zahl der Teilnehmenden steigern
- › Nachwuchs und Elite langfristig sichern





Neues System

- › Eine Rennserie für Jugendliche zwischen 12 und 19 Jahren – *U16, U18, U20* –.
- › 4 bis 5 Wettkampfwochenenden mit zwei Rennen pro Wochenende
- › Gleichgewicht zwischen den Disziplinen – Sprint, Vertical Race, Individual –
- › Einführung der Rangliste für den/die beste/n Techniker/in
- › Führende in der Gesamtwertung & Führende im Bereich Technik mit markanter Armbinde
- › Anpassungen für Individual
 - › Die Strecke besteht je nach Kategorie aus 2 bis 4 Runden.
 - › Der Höhenunterschied pro Runde umfasst zwischen 250 und 350 Höhenmeter.
 - › Eine Runde beinhaltet mindestens einen Aufstieg, eine Tragepassage, eine Abfahrt und drei Wechselzonen
 - › Eine Runde kann mehrere Aufstiege, Tragepassagen und Abfahrten beinhalten.





Herausforderungen

- › Koordinierung der nationalen und internationalen Wettkampfkalender
- › Organisatoren finden
- › Die Entwicklung der «Traditionen» unterstützen, ein System finden, das für alle passt
- › Manchmal kostspielige Anpassungen
- › Das, was auf dem Papier steht, in der Praxis umsetzen





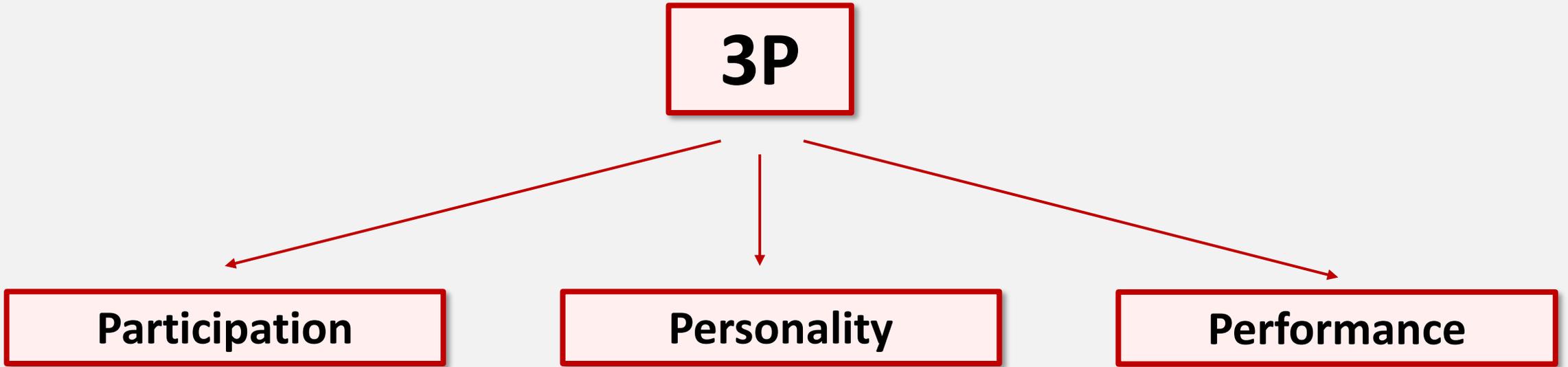
Ergebnisse und Feedback

- › Zufriedenstellende erste Verbesserungen
- › Mehrere Entwicklungsziele nicht erreicht
 - › Gleichgewicht zwischen den Disziplinen
- › Kommunikation mit den Organisatoren
- › Einen Sponsor für die Serie finden
- › Die Athleten und Athletinnen mit den Neuerungen vertraut machen
- › Die Änderung kann auch für die Athleten und Athletinnen interessant sein



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Fragen?





Erwartete Nutzen

3P

Participation

- Vergrößerung des Talentpools
- Mehr Teilnehmer
- Reduzierung des Drop out
- Bessere Integration
- Lebenslanges Sporttreiben
- Mehr Spass
- Bessere Gesundheit

Personality

- Stärker entwickelte Persönlichkeit
- Förderung und Anwendung von Life Skills im Sport und ausserhalb des Sports
- Mehr Autonomie, Unabhängigkeit
- Ethik, Fairness, Gleichberechtigung

Performance

- Verbesserung der Qualität des Talentpools
- Bessere Auswahl
- Besseres Elite-Niveau
- Steigerung der Gesamtleistung
- Mehr internationale Ergebnisse
- Mehr Medaillen



Kriterien

3P

Participation

- Aktivität
- Freude
- Gesundheit

Personality

- Selbstbestimmte Motivation
- Emotionale Stabilität
- Growth Mindset

Performance

- Technik – Taktik
- Athletik
- Psyche
- Sicherheit

Leitfragen Gruppendiskussion

Reflexion eigener Wettkampfsysteme

- Was sind die Stärken und Schwächen unserer aktuellen Wettkampfsysteme?
- Gibt es Verbesserungsmöglichkeiten oder Veränderungen, die wir in unserem eigenen Wettkampfsystem vornehmen könnten?

Notwendigkeit, Herausforderungen und Chancen:

- Wo sehe ich die Herausforderungen und Chancen dieser Entwicklung?
- Welche Rolle hat der nationale Verband?
- Wie können die 3P für den Breitensport weiterentwickelt werden?

Weitere Fragen/ Diskussionspunkte?