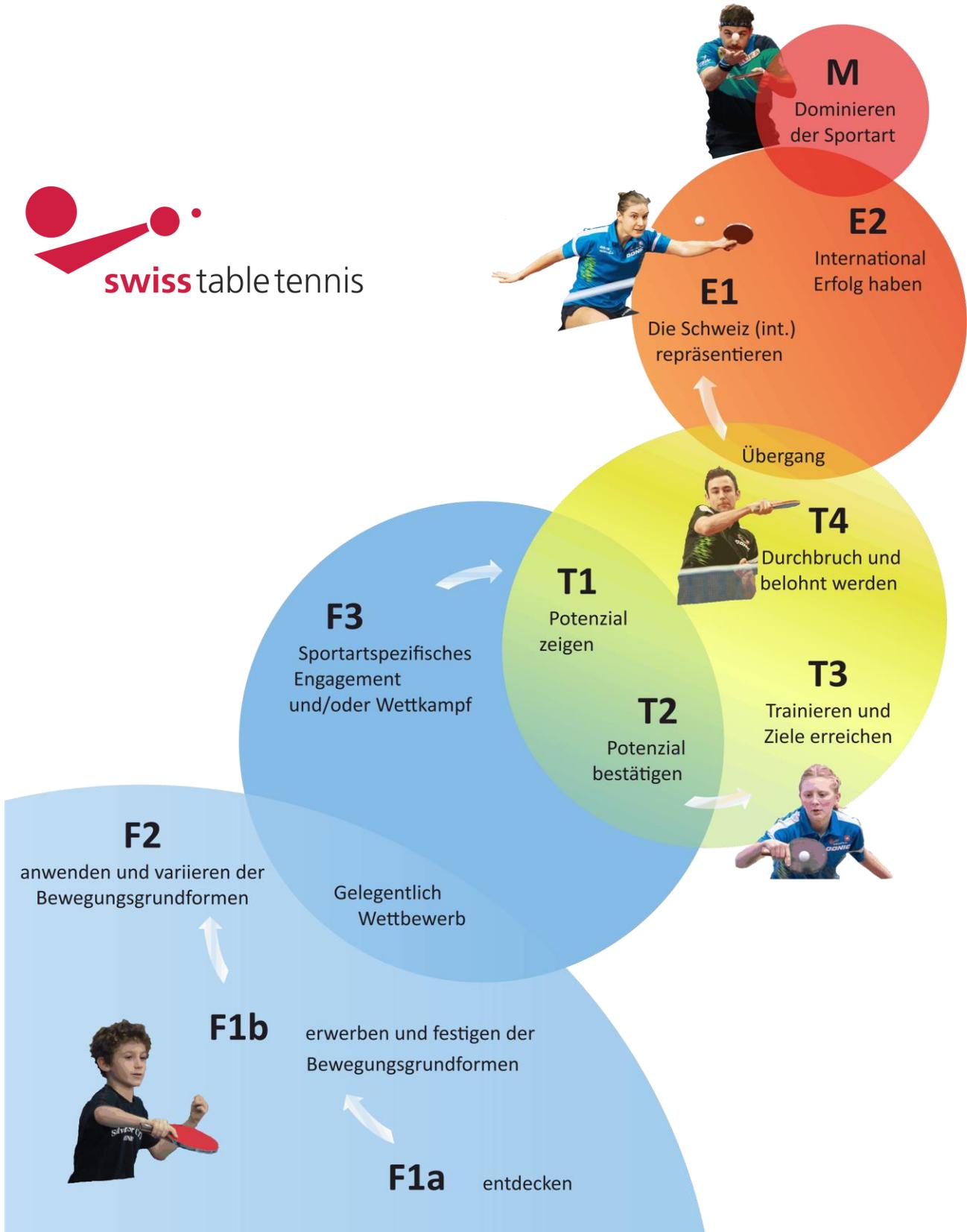


FTEM Swiss Table Tennis

Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung





SUPER
TISCHTENNIS.ch

swiss table tennis
DONIC

Glossar

BASPO	Bundesamt für Sport
Berufstrainer Swiss Olympic	https://www.ehsm.admin.ch/de/ausbildung-weiterbildung/trainerbildung-schweiz/ausbildung/berufstrainerausbildung.html
Diplomtrainer Swiss Olympic	https://www.ehsm.admin.ch/de/ausbildung-weiterbildung/trainerbildung-schweiz/ausbildung/diplomtrainerausbildung.html
Dropouts	Sport- oder Tischtennisaussteiger
J+S / Jugend+Sport	Sportförderprogramm des BASPO. Unterstützt Junioren-Aktivitäten und Verbände, v.a. finanziell und in der Ausbildung
PISTE	prognostische integrative systematische Trainer-Einschätzung. Selektionsinstrument, welches die Förderungswürdigkeit der Athleten beschreibt und in einer Rangliste ordnet.
RV	Regionalverband
School Trophy	http://www.swisstabletennis.ch/de/breitensport/gubler-school-trophy/allgemeine-infos
STT	Swiss Table Tennis
STT Trainer	https://jugendundsport.ch/de/sportarten/tischtennis-uebersicht/aus-und-weiterbildung.html
STT Trainer E	Animateur, Mitgliederwerber
STT Trainer KS	Trainer Kindersport
Swiss Olympic (SO)	Dachverband des Schweizer Sports. Unterstützt Swiss Table Tennis beratend und finanziell. Koordiniert das Swiss Olympic Team.
SwissPing & KidsPing	Die Unterrichtsmethode für das Sportfach Tischtennis
Trainingsbereiche Te, Ta, Ko, Ps	Technik, Taktik, Kondition, Psyche http://www.swisstabletennis.ch/images/Rahmentrainingsplan.pdf
WK	Wettkampf

Inhaltsverzeichnis

1	FTEM – Eine gemeinsame Grundlage	5
2	FTEM Swiss Table Tennis verfolgt die gleichen drei Hauptziele wie FTEM Schweiz	6
3	FTEM Swiss Table Tennis in Kürze	7
4	11 Ebenen von FTEM Swiss Table Tennis	8
5	FTEM Swiss Table Tennis im Detail	9
6	FTEM Swiss Table Tennis als Grafik	10
7	Der Athleten- und Trainerweg	12
7.1	Idealer Athletenweg	12
7.2	Breiten- und Freizeitsport.....	13
8	FOUNDATION.....	14
8.1	F1a – Tischtennis entdecken	14
8.2	F1b – Erwerben und Festigen.....	16
8.3	F2 – Anwenden und Variieren.....	18
8.4	F3 – Engagement und/oder Wettkämpfe.....	20
9	TALENT.....	22
9.1	T1 – Potenzial zeigen	22
9.2	T2 – Potenzial bestätigen	24
9.3	T3 – Trainieren und Ziele erreichen	26
9.4	T4 – Durchbruch und belohnt werden	28
10	ELITE	30
10.1	E1 – Die Schweiz international vertreten.....	30
10.2	E2 – International Erfolge haben.....	32
11	MASTERY.....	34
11.1	M – Dominieren der Sportart.....	34
12	Breitensport.....	36
13	Literaturverzeichnis	40

1 FTEM – Eine gemeinsame Grundlage

Das «FTEM Swiss Table Tennis» ist das Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung der Sportart Tischtennis. Anhand von vier Schlüsselbereichen (Foundation, Talent, Elite und Mastery) werden die Entwicklungsstufen eines Tischtennisspielers* in 11 Phasen aufgezeigt.

«FTEM Swiss Table Tennis» basiert auf «FTEM Schweiz», einer gemeinsamen Grundlage für den Schweizer Sport und wird in der Praxis oft als «Athletenweg» bezeichnet. Das Bundesamt für Sport BASPO und Swiss Olympic haben mit dem Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung («FTEM Schweiz») ein gemeinsames, sportartübergreifendes Instrument entwickelt, welches als Grundlage für die diversen Akteure in der Schweizer Sportförderung dient. Es stellt das Grundgerüst und die gemeinsame Sprache der Sport- und Athletenförderung für Swiss Olympic, deren Mitgliedverbände, Bund, Kantone, Gemeinden und Schulen dar.

«FTEM Swiss Table Tennis» bringt diese Sprache in die Tischtennisszene, damit Sportvereine, Trainer, Vorstandsmitglieder sowie die Spieler und deren Eltern dank einer einheitlichen Systematik besser und konkreter kommunizieren können.

«FTEM Schweiz» integriert neben dem Leistungssport auch den Breitensport mit seinen verschiedenen Ausrichtungen. Im Fokus der Ausrichtung der Sportförderung ist stets der Sportler, sei es als Spitzenathlet, Nachwuchstalent oder Freizeitsportler.

*Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in diesem Dokument nur die männliche, neutrale Form verwendet. Diese schliesst die weibliche Form selbstverständlich mit ein.

FTEM Schweiz

- ist sportartunabhängig und dient den Einzel-, Team- und Mannschaftssportarten als Grundlage
- verknüpft den Breiten- und Leistungssport und fördert die Zusammenarbeit an den Schnittstellen
- beinhaltet keine altersspezifischen Grenzen (ausser teilweise im Leistungssport, wo gewisse Altersbegrenzungen sportartenspezifisch vorgegeben sind) und ermöglicht lebenslanges Sporttreiben
- berücksichtigt relevante Akteure in der Sportförderung wie Trainer, Athleten, Vereine, Sporthilfe, Armee und Verbände, Ausbildungsgefässe als auch die Trainings- und Wettkampfumgebung sowie bei Bedarf die Forschung und Medizin
- zeigt variable Ein- und Austrittsmöglichkeiten von Sportart zu Sportart oder vom Breiten- in den Leistungssport und umgekehrt auf
- bietet die Möglichkeit, sich auf und ab sowie quer durch die Phasen zu bewegen. So wird der Tatsache Rechnung getragen, dass sich die Sportler unterschiedlich entwickeln und einzelne von ihnen mehrere Sportarten bzw. Disziplinen ausüben. Übertritte in eine höhere Phase oder auch der Verbleib in einer Phase sind daher zu unterschiedlichen Zeiten je nach Sportart möglich und hängen von der Entwicklungsstufe der jeweiligen Sportler ab (Grandjean, Gulbin, & Bürgi, 2015).

2 FTEM Swiss Table Tennis verfolgt die gleichen drei Hauptziele wie FTEM Schweiz

1. Koordination und Systematik der Sportförderung verbessern

Dank der gemeinsamen Grundlage von «FTEM Schweiz» kann die Zusammenarbeit aller Akteure in der Schweizer Sportförderung optimiert werden. Die Kommunikation innerhalb der Sportarten, aber auch sportartübergreifend, wird dank dem einheitlichen systematischen Ansatz deutlich verbessert. Bestehende Konzepte und Instrumente der Sportförderung werden in einen gemeinsamen Rahmen integriert und dadurch besser aufeinander abgestimmt. Das führt zu einer besseren Koordination der Sportförderung sowohl zwischen den diversen Akteuren als auch innerhalb der jeweiligen Institutionen. Organisatorische Abläufe werden optimiert und ihre Wirksamkeit in verschiedenen Feldern gesteigert. Gebiete wie die Athletenförderung, die Rekrutierung von Funktionären oder Teilnehmern in der Trainerbildung können davon profitieren. Zudem verbessert sich auch das Verständnis der Abgrenzung beziehungsweise der Durchlässigkeit zwischen Breiten- und Leistungssport. Das BASPO und Swiss Olympic orientieren sich bei der Weiterentwicklung der Sportförderung an «FTEM Schweiz» und schaffen so optimale Rahmenbedingungen für die Entwicklung der Sportförderung aller Akteure im Schweizer Sport.

2. Niveau im Leistungssport steigern

Mit «FTEM Schweiz» wurde ein System entwickelt, welches den Athletenweg und seine Stationen verständlich und klar darstellt. Die einzelnen FTEM-Phasen können klar und losgelöst von anderen Phasen analysiert werden. Verbesserungspotenzial in den sportlichen Rahmenbedingungen und Fördermassnahmen kann erkannt und genutzt werden. Die Entwicklungsmöglichkeiten und die Förderung der Sporttreibenden werden so insbesondere auch in den Übergangsphasen verbessert. Der ideale Athletenweg von der Grundausbildung bis zur Weltklasse ist in seinen Grundzügen festgehalten und ist dem Athleten, wie auch sämtlichen Akteuren, die auf ihn einwirken, bekannt.

Den einzelnen Akteuren wird damit der Fokus auf ihre Aufgabe ermöglicht. Gleichzeitig wissen sie, wo sie sich im Gesamtsystem befinden und welche Rolle sie haben. Die Förderung wird dadurch zielgerichteter, effizienter und umfassender. Damit werden vermehrt Athleten den Weg bis an die Spitze gehen können.

3. Menschen lebenslang im Sport halten

Wenn sich alle Akteure der Schweizer Sportförderung als Teil eines Gesamtsystems verstehen, wird es vermehrt gelingen, Menschen lebenslang im Sport zu halten. Wettkampfspieler werden zum Beispiel Schiedsrichter, Nachwuchsathleten allenfalls Tischtennis-Leitende, Spitzenathleten werden Nachwuchstrainer oder Breitensportler werden Wettkampfveranstalter.

Viele Überlegungen basieren auch auf „FTEM Swiss Squash“ und „FTEM Swiss Swimming“. (Müller & Schaller, 2018, Grandjean, 2017)

3 FTEM Swiss Table Tennis in Kürze

Tischtennis gehört zu den beliebtesten Sportarten in der Schweiz und wird sowohl von Freizeit- und Gesundheitssporttreibenden als auch von Breiten- und Leistungssportlern ausgeübt (siehe Studie Sport Schweiz 2014 (Lamprecht, Fischer, & Stamm, 2014)). Tischtennis wird vor allem ungebunden (ohne Clubmitgliedschaft) ausgeübt.

Daher ist es wichtig, dass alle Personen trotz ihrer vielfältigen Bedürfnisse in der Sportart Tischtennis ihren Platz finden. «FTEM Swiss Table Tennis» hat das Ziel, möglichst viele Personen zu lebenslangem Sporttreiben oder einem Engagement in der Sportart Tischtennis zu motivieren. Ausserdem soll das Leistungsniveau erhöht werden. Ferner soll möglichst jeder, der sich in der Schweiz aktiv als Spieler, Trainer, Funktionär oder anderweitig für den Tischtennissport einsetzt, seinen Platz im Sportsystem finden. «FTEM Swiss Table Tennis» knüpft an die bisherige Förderstrategie und bisherigen Förderstrukturen an. Das Rahmenkonzept berücksichtigt darüber hinaus die Anliegen der übrigen Akteure im Sport (Breitensportler, Trainer, Verband etc.). Es richtet sich primär an die Förderpraxis und erlaubt es, bestehende Konzepte und Instrumente (Swiss Table Tennis Leistungssportkonzept, PISTE, Rahmentrainingsplan, Förderstrukturen) nicht nur zu integrieren und zu optimieren, sondern auch besser aufeinander abzustimmen.

Zudem werden auch die Ausbildungssysteme zum Trainer im neuen Konzept integriert.



4 11 Ebenen von FTEM Swiss Table Tennis

Schlüsselbereich	Phase	Schlagwort	Kurzbeschreibung
Mastery	M	Dominieren der Sportart	Konstanter internationaler Erfolg durch Dominanz der Sportart
Elite	E2	International Erfolg haben	Erfolgreiche Teilnahme an internationalen Wettkämpfen und Gewinn von Medaillen
	E1	Die Schweiz (international) repräsentieren	Herausragende Leistungen erbringen, um den Anschluss an die internationale Spitze zu schaffen
Talent	T4	Durchbruch und belohnt werden	Anschluss an die nationale Spitze schaffen und international konkurrenzfähig werden
	T3	Trainieren und Ziele erreichen	Training intensivieren und stärkeres Engagement, um höhere Ziele zu erreichen
	T2	Potenzial bestätigen	Potenzial bestätigen, indem es aufgrund nationaler Kriterien überprüft wird
	T1	Potenzial zeigen	Talente werden aufgrund ihrer besonderen Fähigkeiten und Fertigkeiten erkannt, die sie im physischen und psychischen Bereich zeigen
Foundation	F3	Engagement und/ oder Wettkampf	Sporttreibende engagieren sich nun im Tischtennis, indem Fähigkeiten und Fertigkeiten trainiert werden, welche zur Wettkampfteilnahme verhelfen können
	F2	Anwenden und Variieren	Die Bewegungsfähigkeiten und -fertigkeiten werden durch das Anwenden und Variieren der Bewegungsgrundformen erweitert
	F1b	Erwerben und Festigen	Erwerben und Festigen von grundlegenden Bewegungsgrundformen im Tischtennis
	F1a	Entdecken	Tischtennis entdecken und erste Erfahrungen sammeln

5 FTEM Swiss Table Tennis im Detail

Anhand von vier Schlüsselbereichen (Foundation, Talent, Elite, Mastery) werden in «FTEM Swiss Table Tennis» die vier verschiedenen Entwicklungsstufen eines Sporttreibenden aufgezeigt. Dabei ist die Basisausbildung, Foundation (F), der erste und sehr wichtige Schlüsselbereich. Darauf folgt der Schlüsselbereich Talent (T), der durch die Merkmale der Talentsuche, -identifikation, -selektion und -förderung gekennzeichnet ist. Die Schlüsselbereiche Elite (E) und Mastery (M, Weltklasse) ergänzen das Rahmenkonzept und sind vorwiegend im Bereich Leistungssport angesiedelt. Diese vier Schlüsselbereiche werden in total 11 Phasen aufgeteilt: F (F1a, F1b, F2 und F3); T (T1, T2, T3 und T4); E (E1 und E2) und M (M1).

Die nachfolgende Beschreibung der elf Phasen in «FTEM Swiss Table Tennis» bezieht sich auf einen Idealverlauf in der sportlichen Entwicklung eines Athleten auf dem Weg an die internationale Spitze.

Vielfach erleben die Sportler nicht nur lineare Übergänge von Phase zu Phase. Das Erreichen aller Phasen entspricht einem Idealbild. Umweltfaktoren und andere Rahmenbedingungen wie die elterliche Unterstützung, verantwortliche Trainer, der Verein, der Verband etc. sowie Systemfaktoren wie das Bildungssystem und die nationale Sportförderung sind ebenfalls zentral und müssen als Gesamtes in der Sport- und Athletenentwicklung berücksichtigt und aufeinander abgestimmt werden. Die Phasen des Schlüsselbereichs Foundation sind für alle Sportbegeisterten in vielfältigen Formen und Angeboten zugänglich, bevor spätestens ab der Phase F3 das Sportengagement grösstenteils in einem Verein als Breiten- oder Leistungssportler beginnt.

Dabei kann im Breitensport bis ins hohe Alter an internationalen Titelkämpfen (Seniorenmeisterschaften) teilgenommen werden. Die Phasen des Talents (T1 bis T4) sind grundsätzlich nicht zu stark altersgebunden zu betrachten. Im Leistungssport passiert jedoch auf dem idealen Weg der Einstieg in die Talentphase mit 8-12 Jahren.

Zudem ist die Lern- und Leistungsfähigkeit eines Sporttreibenden altersabhängig. Im Gegensatz zum Kindes- und Jugendalter gehen im Erwachsenenalter die motorischen Fähigkeiten zurück. Der Leistungssport beginnt im Rahmenkonzept «FTEM Swiss Table Tennis» daher in der Phase T1 in relativ jungem Alter (8-14 Jahre) und endet im besten Fall in der Phase E1, E2 oder gar M. Ein Wechsel vom Leistungs- in den Breitensport oder auch umgekehrt ist möglich, hängt jedoch vom Engagement und Niveau des Sporttreibenden ab.

In den graphischen Darstellungen von FTEM Swiss Table Tennis können beliebig Entwicklungswege eingezeichnet werden. Die einzelnen Phasen können unterschiedlich schnell (von unten nach oben) durchlaufen werden. Es kann sogar sein, dass man in eine frühere Phase zurückfällt. Der Einstieg als Kind in die Sportart Tischtennis erfolgt in der Grafik ganz unten.

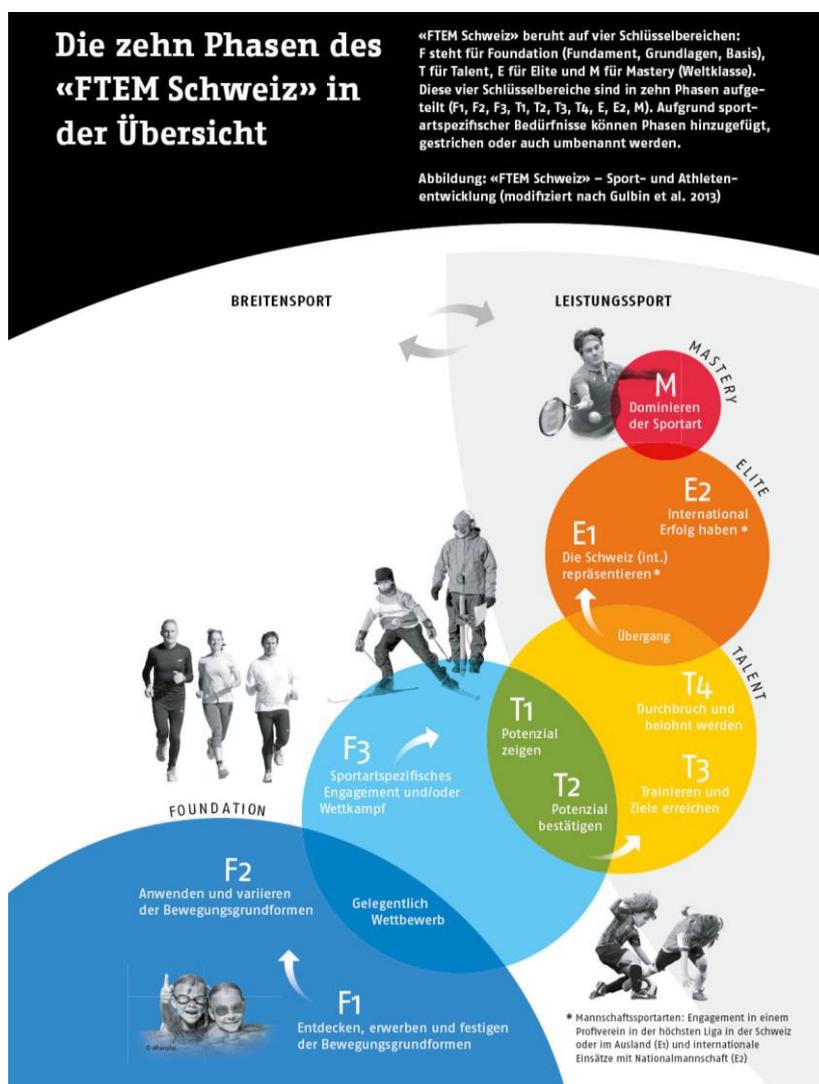
6 FTEM Swiss Table Tennis als Grafik

Das Modell FTEM Tischtennis entstand in enger Anlehnung an die Grafik von «FTEM Schweiz».

Während bei FTEM Schweiz der Wechsel vom Leistungssport in den Breitensport links über dem Karriereweg dargestellt ist, erscheinen in FTEM Tischtennis die Bereiche Breitensport, Freizeitsport rechts neben dem idealen Karriereverlauf. (Abb. 7.1 und 7.2)

Zusätzlich zu den Bereichen Leistungssport und Breitensport wird in FTEM Tischtennis auch die sportliche Aktivität ausserhalb der Sportart Tischtennis dargestellt. Der Bereich Freizeitsport ist im Tischtennis so gross, dass er gesondert dargestellt wird.

FTEM Tischtennis ermöglicht, grafisch unterschiedlichste «Tischtennis-Biografien» mit vertikalen und horizontalen Verläufen einzuzichnen.



Die Altersangaben sind innerhalb der Phasen bewusst vage gehalten. In FTEM Tischtennis ist aber zu sehen, dass die Spitzensportkarriere mit ansteigendem Einstiegsalter unrealistischer wird. So wird der Weg meistens vertikal durch das Modell führen, während der Weg von ambitionierten und talentierten Sportlern eher ansteigt und bei Drop-Outs sinkt.

FTEM Swiss Table Tennis

BREITENSport

LEISTUNGSSport



MASTERY

M
Dominieren der Sportart

ELITE

E2
International Erfolg haben

E1
Die Schweiz (int.) repräsentieren

Übergang

TALENT

T1
Potenzial zeigen

T4
Durchbruch und belohnt werden

F3
Sportartspezifisches Engagement und/oder Wettkampf

T2
Potenzial bestätigen

T3
Trainieren und Ziele erreichen

F2
anwenden und variieren der Bewegungsgrundformen

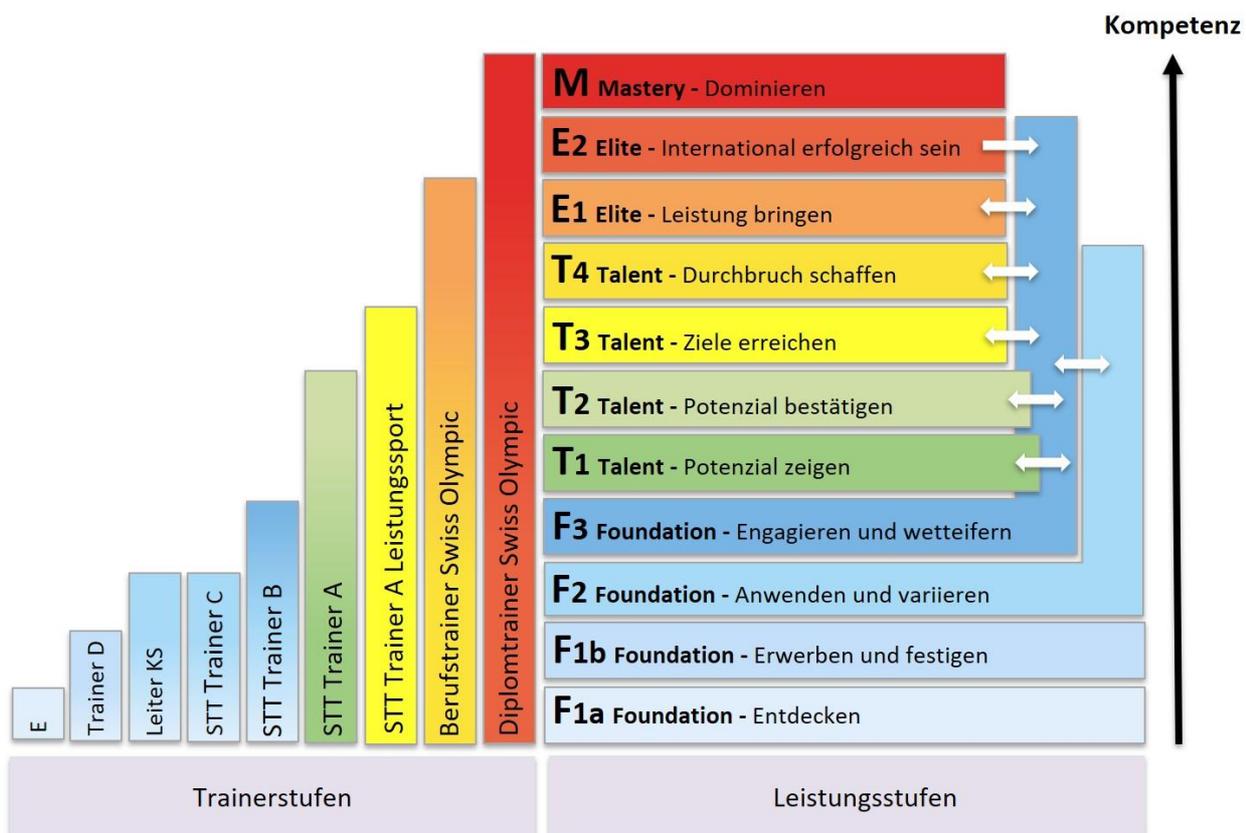
Gelegentlich Wettbewerb

FOUNDATION

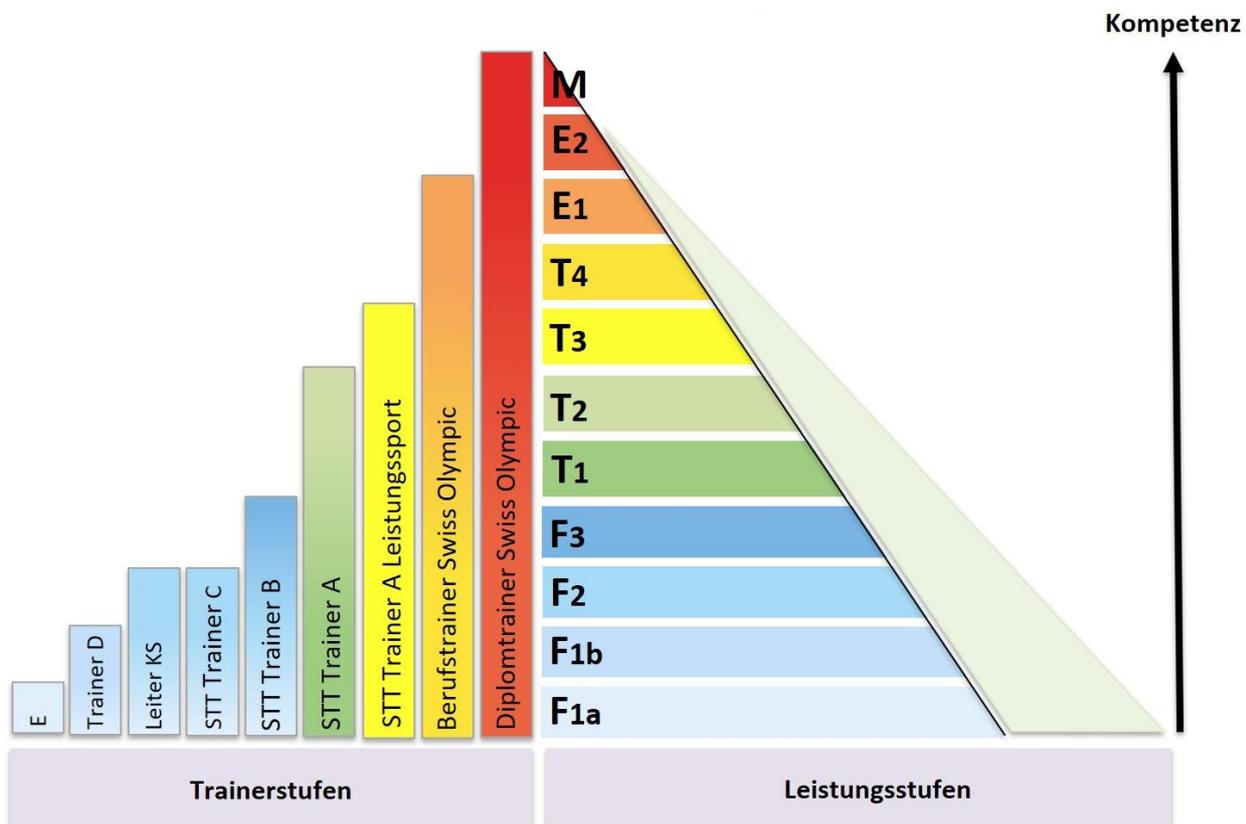
F1b
erwerben und festigen der Bewegungsgrundformen

F1a entdecken

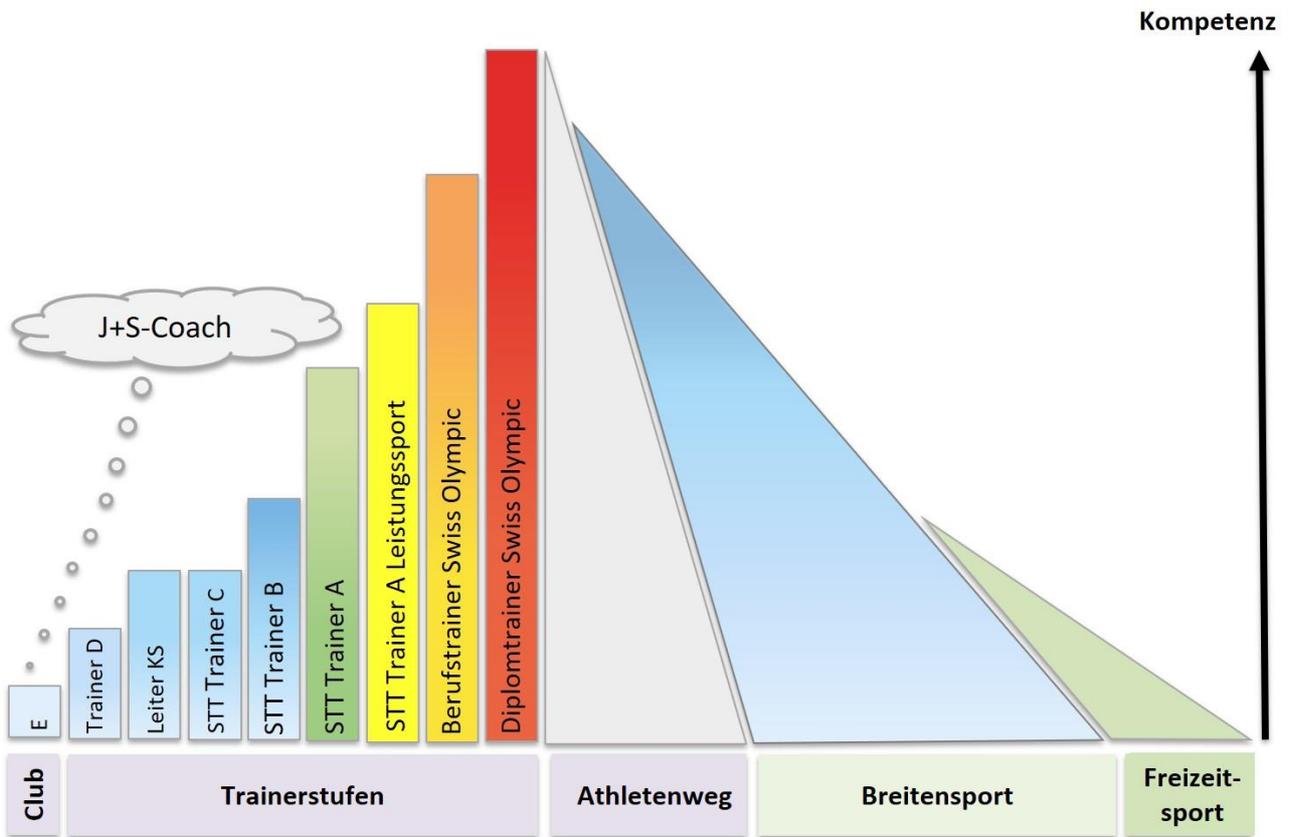
7 Der Athleten- und Trainerweg



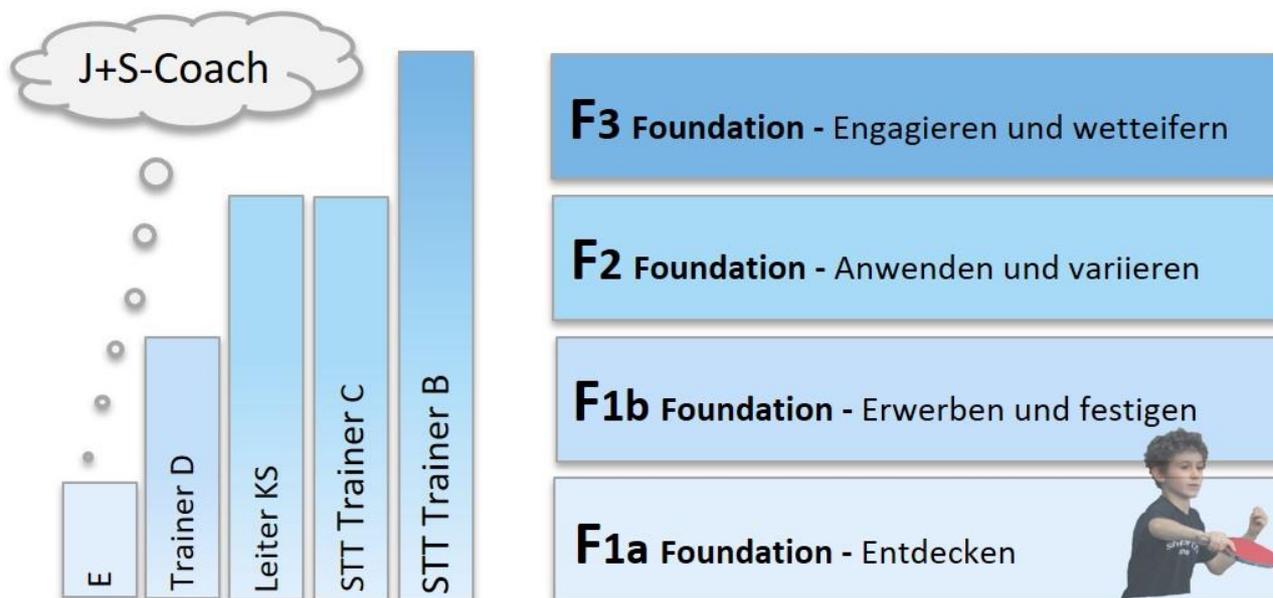
7.1 Idealer Athletenweg



7.2 Breiten- und Freizeitsport



8 FOUNDATION



8.1 F1a – Tischtennis entdecken

In dieser Phase wird die Sportart Tischtennis entdeckt und erste positive Erfahrungen gemacht. Dies geschieht durch Animationsveranstaltungen für alle Altersgruppen. Es werden Wettkämpfe für Schüler und Erwachsene lokal durchgeführt. Es gibt Angebote für Schnuppertrainings oder Schnupperwochen.

Die Trainer in dieser Phase konzentrieren sich darauf, lokal Spielerinnen und Spielern in allen Alterssegmenten Tischtennis erfahren zu lassen. Wenn sich die Angeworbenen entschliessen, im Verein Angebote zu nutzen, sind die Trainerinnen und Trainer bereit, sie spielerisch für die Sportart zu begeistern.

F1a – Entdecken	
Was machst du?	Du entdeckst Tischtennis und sammelst erste Erfahrungen
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: Animation für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Anwendung der Ideen STT (Anwerbung von neuen Mitgliedern) Ziel: Werbung für Tischtennis, Gewinnung von Mitgliedern. Trainer: Trainer E STT und Kindersporttrainer; Trainer ist Hauptansprechperson
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Organisation School Trophy Lokalausscheidung; Unterstützung der Clubs in ihren Aktivitäten Ziel: Unterstützung der Clubs Trainer: keine
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Entwicklung und zur Verfügung stellen von Konzepten (Animation, Anwerbung, Turnierideen), Verbindung zum Schweizer Schulsportverband Ziel: Unterstützung der Clubs durch Konzepte; Information Trainer: keine
PISTE	keine
Swiss Olympic Karte	nein
SwissPing	Shirt
Schule & Sport	nein
Militär & Sport	nein
Trainingsvolumen	offen
Sportärztliche Untersuchung	nein
Trainingsverantwortung	keine
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	Club
Trainingsalter	0-1 Jahre
Empfohlenes Alter	alle
Trainingssschwerpunkte	Animation
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	frei
Persönliches Dossier / Dropbox	nein
Wettkampf	Unlizenziertenturniere
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	nein
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	-

8.2 F1b – Erwerben und Festigen

In dieser Phase erwerben die neu gewonnen Spielerinnen und Spieler die ersten Bewegungsgrundlagen der Sportart Tischtennis. Sie werden in Technik und Taktik des Spiels eingeführt und erlernen die Grundlagen des Spiels. Bewegungsabläufe wie Laufen, Springen, Balancieren, Rollen, Drehen, Klettern, Stützen, Schaukeln, Schwingen, Rhythmisieren, Tanzen, Werfen, Fangen, Kämpfen, Raufen, Rutschen und Gleiten werden erworben und gefestigt. Die **Freude** und der **Spass** an Bewegung und Sport stehen im Vordergrund.

Detaillierte Inhalte zu spielerischen Übungsideen und spassigen Spielformen sind in den J+S-Lehrunterlagen und vor allem in der SwissPing-Broschüre „Übungssammlung“ zu finden. Weiterführende Informationen zum Kindersport sind auch im Swiss Table Tennis Kindersportkonzept zu finden.

Sie trainieren 1-mal in der Woche und werden von D-Trainern angeleitet. Damit sie das Gelernte auch anwenden können, werden für sie Trainingsspiele gegen benachbarte Clubs organisiert.

Ihre technischen Fertigkeiten demonstrieren sie, indem sie den SwissPing-Test „Shirt“ erfolgreich bestehen. Der Verein stellt für dieses „Einsteigertraining“ darauf spezialisierte Trainer (mindestens Trainerdiplom D) zur Verfügung.



F1b – Erwerben und Festigen	
Was machst du?	Du erwirbst und festigst Bewegungsgrundformen im Tischtennis
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: Training für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Umsetzung der Konzepte STT (Swiss Ping, Kindersportkonzept) Ziel: Anbindung an den Sport und Erhalt von Mitgliedern. Trainer: mind. STT Diplom D und Kindersporttrainer; Trainer ist Hauptansprechperson
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Organisation School Trophy Lokal- und Regionalausscheidung; Unterstützung der Clubs in ihren Aktivitäten Ziel: Unterstützung der Clubs Trainer: keine
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Entwicklung und zur Verfügung stellen von Konzepten (Swiss Ping, Kindersportkonzept, Tischtennismodule für Trainer) Ziel: Unterstützung der Clubs durch Konzepte; Information Trainer: keine
PISTE	keine
Swiss Olympic Karte	nein
SwissPing	weisser Ball / ZooPing
Schule & Sport	nein
Militär & Sport	nein
Trainingsvolumen	2h
Sportärztliche Untersuchung	nein
Trainingsverantwortung	Clubtrainer
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	Club
Trainingsalter	0-1 Jahre
Empfohlenes Alter	alle
Trainingsschwerpunkte	Technik / Taktik
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	60/40
Persönliches Dossier / Dropbox	nein
Wettkampf	Freundschaftsspiele
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	nein
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	Kindersport: SportPing Jugend- und Erwachsenensport: Oranger Ball

8.3 F2 – Anwenden und Variieren

Die Spielerinnen und Spieler erweitern durch Anwenden und Variieren der Bewegungsgrundformen ihre technischen und taktischen Fertigkeiten. Sie lernen, auf unterschiedliche Art und Weise den Ball zu „behandeln“ und erhalten die Fähigkeiten, alle gespielten Bälle optimal zu retournieren und alle Variablen des Spiels anzuwenden. Sie beteiligen sich an den regionalen Mannschaftsmeisterschaften und Ranglistenturnieren. Zusätzlich besuchen sie die ersten Turniere. Kinder und Jugendliche spielen vorzugsweise in ihren Altersserien.

Sie trainieren 2-mal in der Woche und werden von C-Trainern angeleitet.

Ihre technischen Fertigkeiten demonstrieren sie, indem sie den SwissPing-Test „Weisser Ball“ erfolgreich bestehen. Der Verein stellt für dieses Training darauf spezialisierte Trainer (mindestens Trainerdiplom C) zur Verfügung.



F2 – Anwenden und Variieren der Bewegungen	
Was machst du?	Du erweiterst durch Anwenden und Variieren der Bewegungsgrundformen deine Bewegungsfähigkeiten und -fertigkeiten
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: Training für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Umsetzung der Konzepte STT (Swiss Ping, Kindersportkonzept); Clubleben für die Mitglieder Ziel: Anbindung an den Sport und Erhalt von Mitgliedern. Trainer: mind. STT Diplom C und Kindersporttrainer; Trainer ist Hauptansprechperson
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Organisation Gubler School Trophy Regionalausscheidung; Unterstützung der Clubs in allen Aktivitäten, Organisation Turniere für Unlizenzierte; Sichtung U9/U11 Ziel: Unterstützung der Clubs Trainer: Regionalkadertrainer für Sichtung
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Entwicklung und zur Verfügung stellen von Konzepten (Swiss Ping, Kindersportkonzept, Tischtennismodule für Trainer); School Trophy national Ziel: Unterstützung der Clubs durch Konzepte; Information Trainer: keine
PISTE	keine
Swiss Olympic Karte	nein
SwissPing	oranger Ball / SportPing
Schule & Sport	nein
Militär & Sport	nein
Trainingsvolumen	4h
Sportärztliche Untersuchung	nein
Trainingsverantwortung	Clubtrainer
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	Club
Trainingsalter	0-2 Jahre
Empfohlenes Alter	alle
Trainingsschwerpunkte	Te/Ta/Ko/Ps
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	40/30/20/10
Persönliches Dossier / Dropbox	nein
Wettkampf	regional
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	nein
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	Kindersport: GlobalPing Jugend- und Erwachsenensport: Bronzetest

8.4 F3 – Engagement und/oder Wettkämpfe

Die Spielerinnen und Spieler engagieren sich nun im Tischtennis, indem sie Fähigkeiten und Fertigkeiten trainieren, welche zu erfolgreichen Wettkampfeinsätzen verhelfen. Sie erlernen in dieser Phase sehr viele taktische Elemente und mentale Aspekte, welche ihnen helfen, Wettkämpfe erfolgreich zu bestreiten. Sie beteiligen sich an den regionalen und nationalen Mannschaftsmeisterschaften und Ranglistenturnieren. Zusätzlich besuchen sie regionale und nationale Turniere. Kinder und Jugendliche spielen immer noch vorzugsweise in ihren Altersserien, aber erhalten erste Gelegenheiten, auch bei den Erwachsenen mitzuspielen.

Sie trainieren mindestens 2-mal in der Woche und werden von STT Diplom-B-Trainern angeleitet.

Ihre technischen Fertigkeiten demonstrieren sie, indem sie den SwissPing-Test „Oranger Ball“ erfolgreich bestehen. Der Verein stellt für dieses Training darauf spezialisierte Trainer (mindestens STT Diplom B) zur Verfügung.



F3 – Engagement und/oder Wettkämpfe	
Was machst du?	Du engagierest dich nun im Tischtennis, indem du Fähigkeiten und Fertigkeiten trainierst, welche zur Wettkampfteilnahme verhelfen können
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: Training für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Umsetzung der Konzepte STT (Swiss Ping, Kindersportkonzept); Clubleben für die Mitglieder; Organisation von und Begleitung an Turnieren Ziel: Förderung der Mitglieder; Aufzeigen von Entwicklungsmöglichkeiten Trainer: mind. STT Diplom B und Kindersporttrainer; Trainer ist Hauptansprechperson
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Organisation regionale Meisterschaft, STT Veranstaltungen auf Regionalebene, Turniere und Camps, Aktivitäten für Regionalkader Ziel: Unterstützung der Clubs, Förderung der regionalen Talente Trainer: mind. STT Diplom B
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Organisation nationaler Veranstaltungen für lizenzierte Jugendliche, Erwachsene, Senioren; click-tt.ch Ziel: Organisation des nationalen Spielbetriebs Trainer: keine
PISTE	keine
Swiss Olympic Karte	nein
SwissPing	Bronzetest / GlobalPing
Schule & Sport	nein
Militär & Sport	nein
Trainingsvolumen	6h
Sportärztliche Untersuchung	nein
Trainingsverantwortung	Clubtrainer
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	Club
Trainingsalter	1-offen
Empfohlenes Alter	alle
Trainingsschwerpunkte	Te/Ta/Ko/Ps
Prozentuale Trainingsbereiche (Te, Ta, Ko, Ps)	30/30/20/20
Persönliches Dossier / Dropbox	nein
Wettkampf	regional/national
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	nein
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	PISTE und Vorgaben Rahmentrainingsplan

9 TALENT



9.1 T1 – Potenzial zeigen

Die SpielerInnen werden aufgrund ihrer Fähigkeiten und Fertigkeiten im physischen und psychischen Bereich als Talent erkannt, da sie im Piste Test mindestens 30% der maximal zu erreichenden Punkte erzielen. Sie erwerben eine breite technische und koordinative Basis durch viele polysportive Aktivitäten, damit sie eine reelle Chance haben, den Weg bis zum Leistungssportler zu durchlaufen. Sie beteiligen sich an regionalen und nationalen Mannschaftsmeisterschaften, Ranglistenturnieren und Einzelturnieren ausschliesslich in ihren Altersserien.

Sie trainieren zwischen 2-4-mal in der Woche und werden von Trainern mit STT Diplom A angeleitet. Grundlage ist dabei der Rahmentrainingsplan STT.

Ihre technischen Fertigkeiten demonstrieren sie, indem sie den SwissPing-Test „Oranger Ball“ erfolgreich bestehen. Der Verein stellt für dieses Training qualifizierte Trainer (mindestens STT Diplom A) zur Verfügung.

T1 – Potenzial zeigen	
Was machst du?	Du wirst aufgrund deiner besonderen Fähigkeiten und Fertigkeiten im physischen und psychischen Bereich als Talent erkannt
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: Strukturiertes Training, Betreuung bei Wettkämpfen Ziel: Förderung, Aufzeigen von Entwicklungsmöglichkeiten, Verbindungsglied zu RV und STT Trainer: mind. STT Diplom A; Trainer ist Hauptansprechperson
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Organisation regionale Meisterschaft, Turniere und Camps, Stützpunkttrainings für Regionalkader Ziel: zusätzliche Förderung im Regionalkaderspieler Trainer: mind. STT Diplom A
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Organisation nationaler Veranstaltungen für lizenzierte Jugendliche und Erwachsene, Beratung Vereins- und Regionaltrainer betr. Trainingsschwerpunkte, Unterstützung Frühförderung; PISTE Ziel: Organisation des nationalen Spielbetriebs, Unterstützung Frühförderung (U9 und U11); Trainer: mind. STT Diplom A
PISTE	mindestens 30%
Swiss Olympic Karte	nein
SwissPing	oranger Ball
Schule & Sport	nein
Militär & Sport	nein
Trainingsvolumen	2-8 h
Sportärztliche Untersuchung	nein
Trainingsverantwortung	Clubtrainer/RV
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	RV
Trainingsalter	1-4 Jahre
Empfohlenes Alter	8-12 Jahre
Trainingsschwerpunkte	Rahmentrainingsplan
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	40/25/20/15
Persönliches Dossier / Dropbox	nein
Wettkampf	regional/national
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	ja
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	PISTE und Vorgaben Rahmentrainingsplan

9.2 T2 – Potenzial bestätigen

Die Spielerinnen und Spieler bestätigen durch ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten im physischen und psychischen Bereich ihr Talent. Sie erzielen im Piste Test mindestens 40% der maximal zu erreichenden Punkte. Sie erweitern durch Anwenden und Variieren der Bewegungsgrundformen ihre technischen und taktischen Fertigkeiten. Dadurch erlernen sie vielfältige Möglichkeiten, den Ball zu spielen und erwerben die Fähigkeiten, alle gespielten Bälle optimal zu retournieren und alle Variablen des Spiels anzuwenden. Sie beteiligen sich an den regionalen und nationalen Mannschaftsmeisterschaften und Ranglistenturnieren. Zusätzlich besuchen sie regionale und nationale Turniere. Bis zum Alter von 12 Jahren wird empfohlen, dass sie nur in ihren Altersserien spielen.

Sie trainieren zwischen 3-5-mal in der Woche und werden von STT Diplom A-Trainern angeleitet. Grundlage ist dabei der Rahmentrainingsplan von STT.

Ihre technischen Fertigkeiten demonstrieren sie, indem sie den SwissPing-Test „Bronzschläger“ erfolgreich bestehen. Der Verein stellt für dieses Training qualifizierte Trainer (mindestens STT Diplom A) zur Verfügung.



T2 – Potenzial bestätigen	
Was machst du?	Du bestätigst dein Potenzial, welches mit nationalen Kriterien überprüft wird
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: Strukturiertes Training, Wettkämpfe, Förderung anstreben, Umfeld, Ziel: Verbindungsglied zu RV und STT Trainer: STT Diplom A Trainer; Trainer ist Hauptansprechperson
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Organisation regionale Meisterschaft, Turniere und Camps, Stützpunkttrainings; Sichtung Ziel: Förderung initiieren und anstreben Trainer: STT Diplom A Trainer
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: PISTE, Organisation nationaler Veranstaltungen, Beratung der Clubs betr. Trainingsschwerpunkte, individuelle Unterstützung von Talenten; Little Tokyo; Trainings und Wettkämpfe Ziel: Selektion und Förderung von Talenten Trainer: STT Diplom A Trainer
PISTE	mindestens 40%
Swiss Olympic Karte	Regional
SwissPing	Bronze
Schule & Sport	ja
Militär & Sport	nein
Trainingsvolumen	4-10 h
Sportärztliche Untersuchung	nein
Trainingsverantwortung	Clubtrainer/RV
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	STT
Trainingsalter	2-6 Jahre
Empfohlenes Alter	9-15 Jahre
Trainingschwerpunkte	Rahmentrainingsplan
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	30/30/20/20
Persönliches Dossier / Dropbox	nein
Wettkampf	regional/national
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	ja
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	PISTE und Vorgaben Rahmentrainingsplan

9.3 T3 – Trainieren und Ziele erreichen

Die Spielerinnen und Spieler intensivieren ihr Training und zeigen stärkeres Engagement, um höhere Ziele zu erreichen. **Wachsendes persönliches Engagement** und ein **gesteigertes Trainingsvolumen**, um die Leistungsvorgaben erreichen zu können, sind Merkmale dieser Phase. Die Betreuungsqualität ist hier der Schlüssel zu guten Leistungen und zur Verhinderung von Drop-outs.

Sie erzielen im Piste Test mindestens 65% der maximal zu erreichenden Punkte. Sie trainieren strukturierter und setzen die Vorgaben der Kadertrainer STT in allen Trainings um. Die Verantwortung wechselt vom Regionalverband oder Club zum STT. Dieser sieht auch eine strukturierte Wettkampfplanung vor. Sie beteiligen sich an nationalen und internationalen Meisterschaften und Turnieren.

Sie trainieren mindestens 10 Stunden in der Woche und werden von STT Diplom A-Trainern Leistungssport angeleitet. Grundlage ist dabei der Rahmentrainingsplan von STT.

Ihre technischen Fertigkeiten stellen sie mit dem erfolgreichen Bestehen des SwissPing-Test „Silberschläger“ unter Beweis.

Der Verein stellt für dieses Training qualifizierte Trainer (mindestens STT Diplom A Leistungssport) zur Verfügung.



T3 – Trainieren und Ziele erreichen	
Was machst du?	Du intensivierst dein Training und zeigst stärkeres Engagement, um höhere Ziele zu erreichen
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: Strukturiertes Training (10 h/Woche) und strukturierte Wettkampfplanung, Zieldefinition, Absprache mit zuständigem Kadertrainer bei STT Ziel: strukturierte Förderung in Absprache mit STT Trainer: mind. STT Diplom A Leistungssport; Trainer ist Hauptansprechperson
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Organisation regionale Meisterschaft, zusätzliche Angebote für die Athleten (nationale und internationale Camps, Stützpunkttrainings, internationale Turniere) Ziel: zusätzliche Förderung der Regionalkader Trainer: mind. STT Diplom A Leistungssport
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: PISTE, nationale Veranstaltungen, TL und WK, Empfehlung von Trainingsschwerpunkten und Beobachtung, individuelle Unterstützung, Trainingslager, Unterstützung Schule+Sport, Absprache mit Club Ziel: Förderung von Talenten Trainer: mind. STT Diplom A Leistungssport; STT Kadertrainer ist zusätzlicher Ansprechpartner für Spieler
PISTE (bis zum 21. Lebensjahr)	mindestens 60%
Swiss Olympic Karte	National / Elite
SwissPing	Silber
Schule & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/schule.html
Militär & Sport	nein
Trainingsvolumen	6-12 h
Sportärztliche Untersuchung	nein
Trainingsverantwortung	Clubtrainer/RV
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	STT
Trainingsalter	4-10 Jahre
Empfohlenes Alter	12-18 Jahre
Trainingsschwerpunkte	Rahmentrainingsplan
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	25/30/20/25
Persönliches Dossier / Dropbox	nein
Wettkampf	national/international
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	ja
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	Elite: PISTE U-21, ab U-21 Potenzial Top 200 Weltrangliste Nachwuchs: PISTE und Vorgaben Rahmentrainingsplan

9.4 T4 – Durchbruch und belohnt werden

Die Spielerinnen und Spieler schaffen den Anschluss an die nationale Spitze und setzen sich gegenüber der gleichaltrigen Konkurrenz ab. Sie erzielen im Piste Test mindestens 80% der maximal zu erreichenden Punkte. Sie trainieren strukturierter und setzen die Vorgaben der Kadertrainer STT in allen Trainings um. Sie werden intensiv betreut und für ihre Leistungen belohnt, beispielsweise mit einer Selektion in die Nationalmannschaft oder mit der Nominierung für internationale Wettkämpfe. Die Verantwortung für die Trainingspläne und des Trainings trägt STT. Club- und Regionaltrainer setzen die Trainingsinhalte der Nationaltrainer um und werden von ihnen unterstützt. Der Trainingsplan sieht auch eine strukturierte Wettkampfplanung vor. Sie beteiligen sich an nationalen und internationalen Meisterschaften und Turnieren. Zusätzlich erfolgt eine sportärztliche Betreuung.

Sie trainieren zwischen 13-20 Stunden in der Woche und werden von Berufstrainern Swiss Olympic angeleitet. Grundlage ist dabei der Rahmentrainingsplan STT.

Ihre technischen Fertigkeiten stellen sie mit dem erfolgreichen Bestehen des SwissPing-Test „Goldschläger“ unter Beweis.

Der Verein stellt für dieses Training darauf spezialisierte Trainer (mindestens Berufstrainer Swiss Olympic) zur Verfügung.



T4 – Durchbruch und belohnt werden

Was machst du?	Du schaffst den Anschluss an die nationale Spitze und setzt dich gegenüber der Konkurrenz durch
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: strukturiertes Training, Trainings des Kadertrainers umsetzen, Unterstützung beim Umfeld Ziel: zusätzliche Unterstützung der Athleten Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic; Trainer ist zusätzlicher Ansprechpartner, ggf. persönlicher Betreuer, Absprache mit STT
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Umsetzung der Trainings des STT Kadertrainers, individuelle Unterstützung einzelner Athleten nach Absprache mit STT, keine zusätzlichen eigenen Angebote des Regionalverbands Ziel: Umsetzung Trainings STT Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: PISTE, nationale Veranstaltungen, TL und internationale WK, Karriereplanung, Planung Trainingsinhalte in Absprache mit dem Club und Kontrolle der Umsetzung, medizinische Betreuung Ziel: Förderung von Talenten; Heranführung an die Elite Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic; Trainer ist Hauptansprechperson für Training
PISTE (bis zum 21.Lebensjahr)	mindestens 80% bis U-18, mindestens 75% bei U-21
Swiss Olympic Karte	National / Elite
SwissPing	Gold
Schule & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/schule.html
Militär & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/Armee.html
Trainingsvolumen	13-20 h
Sportärztliche Untersuchung	Ja
Trainingsverantwortung	Nationaltrainer
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	STT
Trainingsalter	6-14 Jahre
Empfohlenes Alter	12-21 Jahre
Trainingsschwerpunkte	Rahmentrainingsplan
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	30/25/20/25
Persönliches Dossier / Dropbox	ja
Wettkampf	national/international
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	ja
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	Elite: Weltranglistenposition: Top 120 Nachwuchs: Resultate Rahmentrainingsplan: Skalenwert=10

10 ELITE



10.1 E1 – Die Schweiz international vertreten

Die Spielerinnen und Spieler erbringen herausragende Leistungen und nähern sich der internationalen Spitze an. Sie erfüllen die nationalen Kriterien durch Erreichen von vorher festgelegten Resultatzielen auf internationalem Niveau (siehe: Kriterien für Übertritt in nächste Stufe T4→E1). Sie trainieren in allen Trainings nach den Vorgaben des Nationaltrainers. Die Verantwortung für die Trainingspläne und des Trainings trägt STT. Club- und Regionaltrainer setzen die Trainingsinhalte des Nationaltrainers um und werden von ihnen unterstützt. Dieser sieht auch eine strukturierte Wettkampfplanung vor. Zusammen mit den Verantwortlichen von STT wird eine Karriereplanung erstellt. Sie beteiligen sich an nationalen und internationalen Meisterschaften und Turnieren. Zusätzlich erfolgt eine sportärztliche Betreuung.

Sie trainieren mindestens 20 Stunden in der Woche und werden von Berufstrainern Swiss Olympic angeleitet. Grundlage ist dabei ein individueller Trainingsplan, welcher in Zusammenarbeit mit dem Cheftrainer aufgestellt wird.

Vereine oder Regionalverband stellen für dieses Training darauf spezialisierte Trainer (mindestens Berufstrainer Swiss Olympic) zur Verfügung.

E1 – Die Schweiz international vertreten

Was machst du?	Du erbringst herausragende Leistungen, um den Anschluss an die internationale Spitze zu schaffen
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: strukturiertes Training, Trainings des Kadertrainers umsetzen, Unterstützung beim Umfeld Ziel: zusätzliche Unterstützung der Athleten Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic; ist zusätzlicher Ansprechpartner, ggf. persönlicher Betreuer, Absprache mit STT
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	keine
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Nationale Veranstaltungen, TL und internationale WK und Meisterschaften, Karriereplanung, Planung Trainingsinhalte in Absprache mit dem Athleten und Kontrolle der Umsetzung, medizinische Betreuung Ziel: bestmögliche Förderung der besten Spieler; Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic; ist Hauptansprechperson für Training
PISTE (bis zum 21.Lebensjahr)	80% / ab 21 Jahre: sportartspezifische Leistungstests
Swiss Olympic Karte	Elite / Bronze
SwissPing	Bei T4 erfüllt
Schule & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/schule.html
Militär & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/Armee.html
Trainingsvolumen	> 20 h
Sportärztliche Untersuchung	ja
Trainingsverantwortung	national
Trainingsorganisation	STT
Trainingsalter	10-14 Jahre
Empfohlenes Alter	>20
Trainingsschwerpunkte	individueller Trainingsplan
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	25/30/20/25
Persönliches Dossier / Dropbox	ja
Wettkampf	(national)/international
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	ja
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	Elite: Weltranglistenposition: Top 50

10.2 E2 – International Erfolge haben

Die Spielerinnen und Spieler sind in den Top 50 der Weltrangliste klassiert, nehmen erfolgreich an internationalen Meisterschaften teil und gewinnen Medaillen. Sie qualifizieren sich für die Olympischen Spiele. Sie trainieren in allen Trainings nach den Vorgaben des Cheftrainers. Die Verantwortung für die Trainingspläne und des Trainings trägt der STT. Persönliche Trainer setzen die Trainingsinhalte der Nationaltrainer um und werden von ihnen unterstützt. Die Trainingsplanung sieht auch eine strukturierte Wettkampfplanung vor. Zusammen mit den Verantwortlichen von STT wird eine Karriereplanung erstellt. Sie beteiligen sich an nationalen, aber vor allem an internationalen Meisterschaften und Turnieren. Zusätzlich erfolgt eine sportärztliche Betreuung.

Sie trainieren mindestens 20 Stunden in der Woche und werden von Diplomtrainern Swiss Olympic angeleitet. Grundlage ist dabei ein individueller Trainingsplan, welcher in Zusammenarbeit mit dem Cheftrainer aufgestellt wird.

Vereine stellen für dieses Training darauf spezialisierte Trainer (mindestens Diplomtrainer Swiss Olympic oder äquivalente Trainer) zur Verfügung.



E2 – International Erfolge haben

Was machst du?	Du nimmst erfolgreich an internationalen Wettkämpfen teil und gewinnst Medaillen
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: strukturiertes Training, Trainings des Cheftrainers umsetzen, Unterstützung beim Umfeld Ziel: zusätzliche Unterstützung der Athleten Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist zusätzlicher Ansprechpartner, ggf. persönlicher Betreuer, Absprache mit STT
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	keine
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Nationale Veranstaltungen, TL und internationale WK und Meisterschaften, Karriereplanung, Planung Trainingsinhalte in Absprache mit dem Athleten und Kontrolle der Umsetzung, medizinische Betreuung Ziel: bestmögliche Förderung der besten Spieler; Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist Hauptansprechperson für Training
PISTE	nein / sportartspezifische Leistungstests
Swiss Olympic Karte	Silber / Gold
SwissPing	Bei T4 erfüllt
Schule & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/schule.html
Militär & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/Armee.html
Trainingsvolumen	> 20 h
Sportärztliche Untersuchung	ja
Trainingsverantwortung	national
Trainingsorganisation	STT
Trainingsalter	12-20 Jahre
Empfohlenes Alter	>20
Trainingsschwerpunkte	individueller Trainingsplan
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	individuell, nach Vorgaben des Cheftrainers
Persönliches Dossier / Dropbox	ja
Wettkampf	international
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	nein
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	Elite: Weltranglistenposition: Top 10

11 MASTERY

Diplomtrainer Swiss Olympic

M Mastery - Dominieren



11.1 M – Dominieren der Sportart

Die Spielerinnen und Spieler sind in den Top 10 der Weltrangliste klassiert, haben konstanten internationalen Erfolg, dominieren die Sportart und gewinnen Medaillen. Sie qualifizieren sich für die Olympischen Spiele. Sie erfüllen die nationalen Kriterien durch Erreichen von vorher festgelegten Resultatzielen auf internationalem Niveau. Sie trainieren in allen Trainings nach den Vorgaben des Nationaltrainers und persönlicher Trainer. Die Verantwortung für die Trainingspläne und des Trainings trägt STT in Absprache mit dem persönlichen Trainer. Die persönlichen Trainer setzen die Trainingsinhalte in Zusammenarbeit mit dem Cheftrainer um und tauschen sich intensiv aus. Eine strukturierte Wettkampfplanung steht im Mittelpunkt der Planung. Zusammen mit den Verantwortlichen von STT wird eine Karriereplanung erstellt. Sie beteiligen sich fast ausschliesslich an internationalen Meisterschaften und Turnieren. Zusätzlich erfolgt eine sportärztliche Betreuung.

Sie trainieren mindestens 20 Stunden in der Woche und werden von Diplomtrainern Swiss Olympic oder selbst gewählten persönlichen Trainern angeleitet. Grundlage ist dabei ein individueller Trainingsplan, welcher in Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen aufgestellt wird.

Vereine stellen für dieses Training darauf spezialisierte Trainer (mindestens Diplomtrainer Swiss Olympic oder äquivalente Trainer) zur Verfügung.

M – Dominieren der Sportart	
Was machst du?	Du hast konstanten internationalen Erfolg durch dominierst deine Sportart
Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: strukturiertes Training, Trainings des Kadertrainers umsetzen, Unterstützung beim Umfeld Ziel: zusätzliche Unterstützung der Athleten Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist zusätzlicher Ansprechpartner, ggf. persönlicher Betreuer, Absprache mit STT
Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	keine
Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Nationale Veranstaltungen, TL und internationale WK und Meisterschaften, Karriereplanung, Planung Trainingsinhalte in Absprache mit dem Athleten und Kontrolle der Umsetzung , medizinische Betreuung Ziel: bestmögliche Förderung der besten Spieler; Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist Hauptansprechperson für Training
PISTE	nein
Swiss Olympic Karte	Gold
SwissPing	Bei T4 erfüllt
Schule & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/schule.html
Militär & Sport	Siehe: https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/Armee.html
Trainingsvolumen	> 20 h
Sportärztliche Untersuchung	ja
Trainingsverantwortung	national
Trainingsorganisation	individuell
Trainingsalter	12-25 Jahre
Empfohlenes Alter	>20
Trainingsschwerpunkte	individueller Trainingsplan
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	individuell
Persönliches Dossier / Dropbox	ja
Wettkampf	international
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	nein
Kriterien Übertritt nächsthöhere Stufe	„The End“

12 Breitensport

Tischtennis leistet seinen Beitrag, Personen zu lebenslangem Sporttreiben zu motivieren. Die gemachten positiven Erfahrungen im Tischtennis bringen ein gutes Körpergefühl, gesteigertes Selbstwertgefühl und ein intaktes Gesundheitsempfinden mit sich. Im Training und Wettkampf kann zudem gelernt werden, mit Herausforderungen, Druck und Unfairness, sowie Erfolgen und Misserfolgen umzugehen. Die folgenden Überlegungen basieren auf grossangelegten Studien von Julia Schmid, Achim Conzelmann, Vera Molinari, Kathrin Lehnert und Gorden Sudeck. (Lehnert, Sudeck, & Conzelmann, 2011; Schmid, 2014; Schmid, Conzelmann, & Sudeck, 2013; Schmid, Molinari, Lehnert, Sudeck, & Conzelmann, 2014; Sudeck, Lehnert, & Conzelmann, 2011)

Eine zentrale und immer wichtigere Herausforderung für die Sport- und Bewegungsförderung ist, Massnahmen auf die jeweilige Zielgruppe anzupassen. Die Vorteile zielgruppenspezifischer Interventionen sind:

1. spezifische Bevölkerungsgruppen können gezielt angesprochen werden
2. die Effektivität von Angeboten den Motiven der Sporttreibenden besser angepasst werden.

Für Massnahmen der Sportförderung ergibt sich folglich das Ziel, optimale Passungsverhältnisse zwischen der erwachsenen Person und der sportlichen Aktivität herzustellen.

In dieser Studie wurden neun Sporttypen im Freizeit- und Gesundheitssport identifiziert, indem Personengruppen mit möglichst ähnlichen Motiv- und Zielprofilen zusammengefasst wurden.

Cluster 1 – Kontaktfreudige Sportler/-innen

Cluster 2 – Figurbewusste Ästhetiker/-innen

Cluster 3 – Aktiv-Erholer/-innen

Cluster 4 – Erholungssuchende Fitnessorientierte

Cluster 5 – Sportbegeisterte

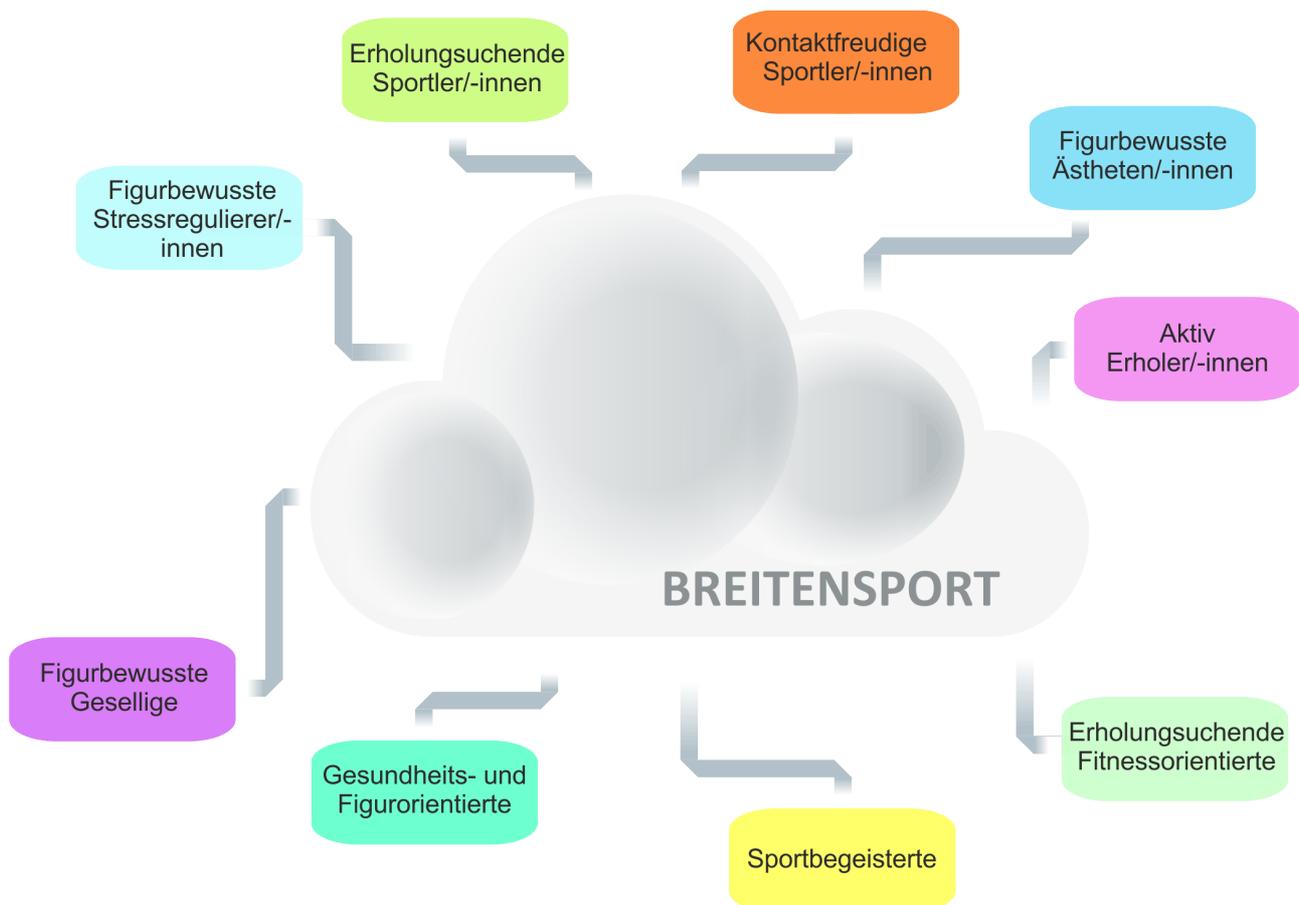
Cluster 6 – Gesundheits- und Figurorientierte

Cluster 7 – Figurbewusste Gesellige

Cluster 8 – Figurorientierte Stressregulierer/-innen

Cluster 9 – Erholungssuchende Sportler/-innen





Für jeden dieser Typen müssen wir im Tischtennis versuchen, adäquate Angebote zu kreieren.

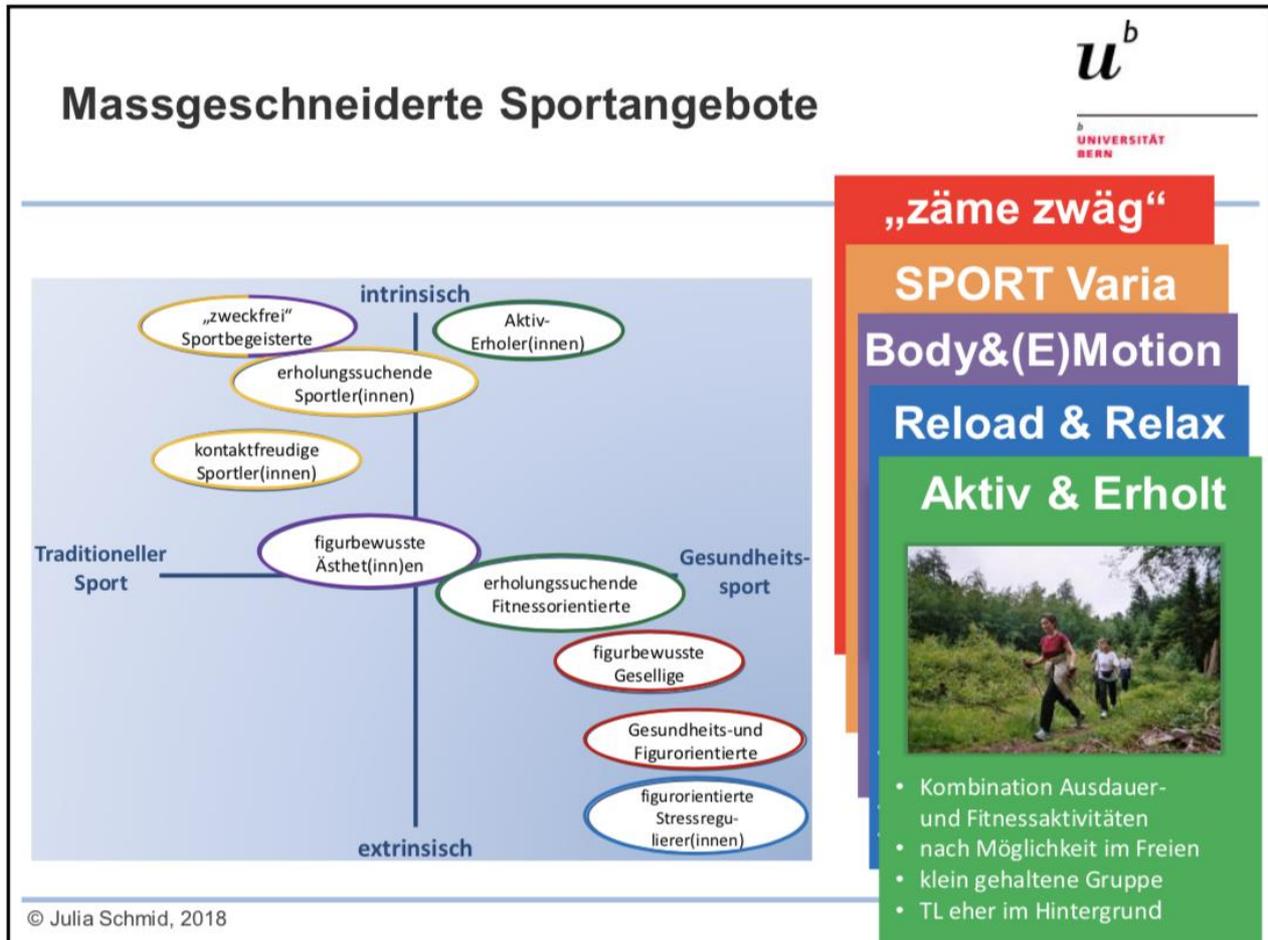
Alle Vereine sind aufgerufen, sich zu überlegen, welche der Typen sie ansprechen wollen und wie sie ihre Angebote den Motiven anzupassen versuchen.

Wie erreichen wir Person-Sport-Passung?

Drei Strategien:

1. **Individuelle Sportberatungen:** Eine Beraterin bzw. ein Berater leitet auf Grundlage einer Testung der individuellen Motive und Bedürfnisse Empfehlungen für die Wahl geeigneter Sportaktivitäten ab. Im Idealfall kann dabei auf ein bereits bestehendes vielseitiges Freizeit- und Gesundheitssportangebot zurückgegriffen werden.
2. **Spezifische Anpassung bestehender Sportangebote:** Die Tischtennisvereine passen ihr bestehendes Angebot an die verschiedenen Typen an.
3. **Massgeschneiderte Sportangebote:** Wiederum basierend auf der Testung der individuellen Motive und Bedürfnisse wird die Zielgruppe in möglichst ähnliche Subgruppen unterteilt. Darauf aufbauend wird für jede Personengruppe ein passendes Angebot entwickelt und durchgeführt.

Beispiele:



Die Suche nach optimalen Passungsverhältnissen zwischen erwachsener Person und sportlicher Aktivität ist lohnenswert. Wenn die Vereine und Verbände von Swiss Table Tennis in die Anpassung ihrer Angebote an die individuellen Bedürfnisse und Motive investieren, dann kann der Breitensport erhalten, wenn nicht sogar ausgebaut werden.

Das Ziel von Swiss Table Tennis muss es sein, lebenslanges Sporttreiben in all seinen möglichen Facetten zu ermöglichen.

Fazit

1. Findet eine Person ein passendes Sportangebot, dann hält sie die sportliche Aktivität eher aufrecht
2. Ein wichtiges Kriterium der Passung von Person und Sportaktivität sind sportbezogene Motive und Ziele
3. Jeder Mensch verfügt über ein individuelles Motivprofil
4. Unterschiedliche Sporterlebnisse bieten unterschiedliche Anreize; d.h. es werden unterschiedliche Motive befriedigt
5. Tischtennis-Vereine sollten sich darüber klar werden, welche Motive in ihren bestehenden Angeboten angesprochen werden
6. Tischtennis-Vereine könnten darauf aufbauend überlegen, ob sie ihre bestehende Angebots-Palette anpassen möchten (neue Aktivitäten oder neue Ausgestaltungen)

Ideen und Vorschläge zur Umsetzung bei Swiss Table Tennis:

- **Rekrutierung, Förderung und Werbung**
Wie kann man Werbung für Tischtennis machen und neue Mitglieder gewinnen?
- **Mädchen und Frauen**
Wie kann man mehr Mädchen und Frauen motivieren, Tischtennis in einem Club zu spielen?
- **Nachwuchs**
Wie kann ich junge Spieler dazu bringen, in meinem Verein zu bleiben?
- **Trainerinnen und Trainer**
Wie können wir mehr Trainerinnen und Trainer (insbesondere Jugend+Sport- Leiterinnen und -Leiter) in den Clubs haben?
- **Empfang von neuen Mitgliedern**
Wie sollte man ein neues Mitglied im Verein empfangen und verhindern, dass das Mitglied allein auf der Bank bleibt, während es auf einen Partner wartet?
- **Turniere**
Wie kann man die Teilnahme an Turnieren erhöhen?
- **Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter**
Wie kann man Clubmitglieder motivieren, Schiedsrichterin/Schiedsrichter zu werden?

Im Februar 2018 fand das erste Clubforum zu diesen Themen statt. Aus den dabei gesammelten Ideen entstand ein Handbuch. Ideen und Vorschläge finden sich unter:

[«Kleines Handbuch für Tischtennisclubs: Ergebnisse des Clubforums 2018 von Swiss Table Tennis in Montreux»](#)

13 Literaturverzeichnis

- Diving Australia (2016). Diving Australia Foundation Talent Elite and Mastery Pathway. <https://s3-ap-southeast-2.amazonaws.com/piano.revolutionise.com.au/site/t2ynqye5apstuxcy.pdf> (Zugriff: 24.9.2017)
- Grandjean, N. (2017). FTEM Swiss Swimming Federation: Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in den Schwimmsportarten.
- Grandjean, N., Gulbin, J. P., & Bürgi, A. (2015). FTEM Schweiz: Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz.
- Lamprecht, M., Fischer, A., & Stamm, H. P. (2014). Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung.
- Lehnert, K., Sudeck, G., & Conzelmann, V. (2011). BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. *Diagnostica*, 57(3), 146–159. <https://doi.org/10.1026/0012-1924/a000044>
- Müller, M., & Schaller, P. (2018). FTEM Squash: Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung im Squash.
- Schmid, J. (2014). „One size doesn't fit all“: Studien zur massgeschneiderten Sportförderung im Betrieb und im höheren Erwachsenenalter. Universität Bern.
- Schmid, J., Conzelmann, A., & Sudeck, G. (2013). Effekte einer individualisierten Sportberatung im Betrieb. *Pravention Und Gesundheitsforderung*, 8(2), 99–105. <https://doi.org/10.1007/s11553-012-0366-x>
- Schmid, J., Molinari, V., Lehnert, K., Sudeck, G., & Conzelmann, A. (2014). Adaption des Berner Motiv- und Zielinventars im Freizeit- und Gesundheitssport für Menschen im höheren Erwachsenenalter. *Zeitschrift Fur Gesundheitspsychologie*, 22(3), 104–117. <https://doi.org/10.1026/0943-8149/a000119>
- Sudeck, G., Lehnert, K., & Conzelmann, A. (2011). „Motivbasierte Sporttypen“ – Auf dem Weg zur Personorientierung im zielgruppenspezifischen Freizeit- und Gesundheitssport. *Zeitschrift Für Sportpsychologie*, 18(1), 1–17. <https://doi.org/10.1026/1612-5010/a000032>
- Table Tennis South Australia (2017). Athlete Pathway. <http://www.TableTennis.org.au/wp-content/uploads/2014/09/Athlete-Pathway.pdf> (Zugriff: 24.9.2017)
- Way, R., Trono, C., Mitchell, D., Laing, T., Vahi, M., Meadows, C., Lau, A. (2016). Sport for Life - Long-Term Athlete Development Resource Paper 2.1. https://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2017/04/LTAD-2.1-EN_web.pdf?x96000 (Zugriff: 24.9.2017)

	Foundation Einsteiger- & Breitensport				Talent Potenzial zum Elitesportler				Elite Internationales Niveau		Mastery Weltniveau
	Phasen	F1a	F1b	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2

Beschreibung	Tischtennis entdecken	Erwerben und Festigen der Bewegungen	Anwenden und Variieren der Bewegungen	Engagement und/oder Wettkämpfe	Potenzial zeigen	Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch und belohnt werden	Die Schweiz international vertreten	International Erfolge haben	Dominieren der Sportart
--------------	-----------------------	--------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------	------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------	-------------------------

Was machst du?	Du entdeckst Tischtennis und sammelst erste Erfahrungen	Du erwirbst und festigst Bewegungsgrundformen im Tischtennis	Du erweiterst durch Anwenden und Variieren der Bewegungsgrundformen deine Bewegungsfähigkeiten und -fertigkeiten	Du engagierst dich nun im Tischtennis, indem du Fähigkeiten und Fertigkeiten trainierst, welche zur Wettkampftteilnahme verhelfen können	Du wirst aufgrund deiner besonderen Fähigkeiten und Fertigkeiten im physischen und psychischen Bereich als Talent erkannt	Du bestätigst dein Potenzial, welches aufgrund nationaler Kriterien überprüft wird	Du intensivierst dein Training und zeigst stärkeres Engagement, um höhere Ziele zu erreichen	Du schaffst den Anschluss an die nationale Spitze und setzt dich gegenüber der Konkurrenz durch	Du erbringst herausragende Leistungen, um den Anschluss an die internationale Spitze zu schaffen	Du nimmst erfolgreich an internationalen Wettkämpfen teil und gewinnst Medaillen	Du hast konstanten internationalen Erfolg durch dominierst deine Sportart
----------------	---	--	--	--	---	--	--	---	--	--	---

Verantwortlichkeiten, Aufgaben Club	Aufgabe: Animation für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Anwendung der Ideen STT (Anwerbung von neuen Mitgliedern) Ziel: Werbung für Tischtennis, Gewinnung von Mitgliedern. Trainer: Trainer E STT und Kindersporttrainer; Trainer ist Hauptansprechperson	Aufgabe: Training für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Umsetzung der Konzepte STT (Swiss Ping, Kindersportkonzept) Ziel: Anbindung an den Sport und Erhalt von Mitgliedern. Trainer: mind. STT Diplom D und Kindersporttrainer; Trainer ist Hauptansprechperson	Aufgabe: Training für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Umsetzung der Konzepte STT (Swiss Ping, Kindersportkonzept); Clubleben für die Mitglieder Ziel: Anbindung an den Sport und Erhalt von Mitgliedern. Trainer: mind. STT Diplom C und Kindersporttrainer; Trainer ist Hauptansprechperson	Aufgabe: Training für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Umsetzung der Konzepte STT (Swiss Ping, Kindersportkonzept); Clubleben für die Mitglieder; Organisation von und Begleitung an Turnieren Ziel: Förderung der Mitglieder; Aufzeigen von Entwicklungsmöglichkeiten Trainer: mind. STT Diplom B und Kindersporttrainer; Trainer ist Hauptansprechperson	Aufgabe: Strukturiertes Training, Betreuung bei Wettkämpfen Ziel: Förderung, Aufzeigen von Entwicklungsmöglichkeiten, Verbindungsglied zu RV und STT Trainer: mind. STT Diplom A; Trainer ist Hauptansprechperson	Aufgabe: Strukturiertes Training, Wettkämpfe, Förderung anstreben, Umfeld, Ziel: Verbindungsglied zu RV und STT, Trainer: STT Diplom A Trainer; Trainer ist Hauptansprechperson	Aufgabe: Strukturiertes Training (10 h/Woche) und strukturierte Wettkampfpflege, Zieldefinition, Absprache mit zuständigem Kadertrainer bei STT Ziel: strukturierte Förderung in Absprache mit STT Trainer: mind. STT Diplom A Leistungssport; Trainer ist Hauptansprechperson	Aufgabe: strukturiertes Training, Trainings des Kadertrainers umsetzen, Unterstützung beim Umfeld Ziel: zusätzliche Unterstützung der Athleten Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic; Trainer ist zusätzlicher Ansprechpartner, ggf. persönlicher Betreuer, Absprache mit STT	Aufgabe: strukturiertes Training, Trainings des Kadertrainers umsetzen, Unterstützung beim Umfeld Ziel: zusätzliche Unterstützung der Athleten Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic; ist zusätzlicher Ansprechpartner, ggf. persönlicher Betreuer, Absprache mit STT	Aufgabe: strukturiertes Training, Trainings des Kadertrainers umsetzen, Unterstützung beim Umfeld Ziel: zusätzliche Unterstützung der Athleten Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist zusätzlicher Ansprechpartner, ggf. persönlicher Betreuer, Absprache mit STT	Aufgabe: strukturiertes Training, Trainings des Kadertrainers umsetzen, Unterstützung beim Umfeld Ziel: zusätzliche Unterstützung der Athleten Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist zusätzlicher Ansprechpartner, ggf. persönlicher Betreuer, Absprache mit STT
-------------------------------------	--	---	---	--	--	---	---	---	---	---	---

Verantwortlichkeiten, Aufgaben RV	Aufgabe: Organisation School Trophy Lokalauscheidung; Unterstützung der Clubs in ihren Aktivitäten Ziel: Unterstützung der Clubs Trainer: keine	Aufgabe: Organisation School Trophy Lokal- und Regionalauscheidung; Unterstützung der Clubs in ihren Aktivitäten Ziel: Unterstützung der Clubs Trainer: keine	Aufgabe: Organisation Gubler School Trophy Regionalauscheidung; Unterstützung der Clubs in allen Aktivitäten, Organisation Turniere für Unlizenzierte; Sichtung U9/U11 Ziel: Unterstützung der Clubs Trainer: Regionalkadertrainer für Sichtung	Aufgabe: Organisation regionale Meisterschaft, STT Veranstaltungen auf Regionalebene, Turniere und Camps, Aktivitäten für Regionalkader Ziel: Unterstützung der Clubs, Förderung der regionalen Talente Trainer: mind. STT Diplom B	Aufgabe: Organisation regionale Meisterschaft, Turniere und Camps, Stützpunkttrainings für Regionalkader Ziel: zusätzliche Förderung der Regionalkaderspieler Trainer: mind. STT Diplom A	Aufgabe: Organisation regionale Meisterschaft, Turniere und Camps, Stützpunkttrainings; Sichtung Ziel: Förderung initiieren und anstreben Trainer: STT Diplom A Trainer	Aufgabe: Organisation regionale Meisterschaft, zusätzliche Angebote für die Athleten (nationale und internationale Camps, Stützpunkttrainings, internationale Turniere) Ziel: zusätzliche Förderung der Regionalkader Trainer: mind. STT Diplom A Leistungssport	Aufgabe: Umsetzung der Trainings des STT Kadertrainers, individuelle Unterstützung einzelner Athleten nach Absprache mit STT, keine zusätzlichen eigenen Angebote des Regionalverbands Ziel: Umsetzung Trainings STT Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic	keine	keine	keine
-----------------------------------	--	--	--	--	--	--	---	--	-------	-------	-------

Verantwortlichkeiten, Aufgaben STT	Aufgabe: Entwicklung und zur Verfügung stellen von Konzepten (Animation, Anwerbung, Turnierideen), Verbindung zum Schweizer Schulsportverband Ziel: Unterstützung der Clubs durch Konzepte; Information Trainer: keine	Aufgabe: Entwicklung und zur Verfügung stellen von Konzepten (Swiss Ping, Kindersportkonzept, Tischtennismodule für Trainer) Ziel: Unterstützung der Clubs durch Konzepte; Information Trainer: keine	Aufgabe: Entwicklung und zur Verfügung stellen von Konzepten (Swiss Ping, Kindersportkonzept, Tischtennismodule für Trainer); School Trophy national Ziel: Unterstützung der Clubs durch Konzepte; Information Trainer: keine	Aufgabe: Organisation nationaler Veranstaltungen für lizenzierte Jugendliche, Erwachsene und Senioren; click-tt.ch Ziel: Organisation und zur Verfügung-Stellen des nationalen Spielbetriebs Trainer: keine	Aufgabe: Organisation nationaler Veranstaltungen für lizenzierte Jugendliche und Erwachsene, Beratung der Clubs betr. Trainingsschwerpunkte, Unterstützung Frühförderung; PISTE Ziel: Organisation und zur Verfügungstellen des nationalen Spielbetriebs, Unterstützung Frühförderung; Trainer: mind. STT Diplom A	Aufgabe: PISTE, Organisation nationaler Veranstaltungen, Beratung der Clubs betr. Trainingsschwerpunkte, individuelle Unterstützung von Talenten; Little Tokyo; Trainings und Wettkämpfe Ziel: Selektion und Förderung von Talenten Trainer: STT Diplom A Trainer	Aufgabe: PISTE, nationale Veranstaltungen, TL und WK, Empfehlung von Trainingsschwerpunkten und Beobachtung, individuelle Unterstützung, Trainingslager, Unterstützung Schule+Sport, Absprache mit Club Ziel: Förderung von Talenten Trainer: mind. STT Diplom A Leistungssport; Trainer ist zusätzlicher Ansprechpartner für Spieler	Aufgabe: PISTE, nationale Veranstaltungen, TL und internationale WK, Karriereplanung, Planung Trainingsinhalte in Absprache mit dem Club und Kontrolle der Umsetzung ; medizinische Betreuung Ziel: Förderung von Talenten; Heranführung an die Elite Trainer: mind. Berufstrainer Swiss Olympic; Trainer ist Hauptansprechperson für Training	Aufgabe: Nationale Veranstaltungen, TL und internationale WK und Meisterschaften, Karriereplanung, Planung Trainingsinhalte in Absprache mit dem Athleten und Kontrolle der Umsetzung ; medizinische Betreuung Ziel: bestmögliche Förderung der besten Spieler; Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist Hauptansprechperson für Training	Aufgabe: Nationale Veranstaltungen, TL und internationale WK und Meisterschaften, Karriereplanung, Planung Trainingsinhalte in Absprache mit dem Athleten und Kontrolle der Umsetzung ; medizinische Betreuung Ziel: bestmögliche Förderung der besten Spieler; Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist Hauptansprechperson für Training	Aufgabe: Nationale Veranstaltungen, TL und internationale WK und Meisterschaften, Karriereplanung, Planung Trainingsinhalte in Absprache mit dem Athleten und Kontrolle der Umsetzung ; medizinische Betreuung Ziel: bestmögliche Förderung der besten Spieler; Trainer: mind. Diplomtrainer Swiss Olympic; ist Hauptansprechperson für Training
------------------------------------	---	--	--	--	---	--	--	---	---	---	---

PISTE	keine	keine	keine	keine	mindestens 30%	mindestens 40%	mindestens 60%	mindestens 80% bis U-18 mindestens 75% bei U-21	80% / ab 21 Jahre: sportartspezifische Leistungsstests	Nein / sportartspezifische Leistungsstests	nein	
SwissOlympicKarte	nein	nein	nein	nein	nein	Regional	National / Elite	National / Elite	Elite / Bronze	Silber / Gold	Gold	
SwissPing	Shirt	Weisser Ball/ZooPing	Oranger Ball/SportPing	Bronzetest/GlobalPing	Oranger Ball	Bronze	Silber	Gold	Bei T4 erfüllt	Bei T4 erfüllt	Bei T4 erfüllt	
Schule&Sport	nein	nein	nein	nein	nein	ja	https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/schule.html					
Militär&Sport	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	https://www.swissolympic.ch/athleten-trainer/beruf-karriere/Armee.html				
Trainingsvolumen	offen	2h	4h	6h	2-8 h	4-10 h	6-12 h	13-20 h	> 20 h	> 20 h	> 20 h	
Sportärztliche Untersuchung	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	ja	ja	ja	ja	
Trainingsverantwortung	keine	Clubtrainer	Clubtrainer	Clubtrainer	Clubtrainer/RV	Clubtrainer/RV	Clubtrainer/RV	Nationaltrainer	National	National	National	
Trainingsorganisation (siehe Nachwuchskonzept STT)	Club	Club	Club	Club	RV	STT	STT	STT	STT	STT	individuell	
Trainingsalter	0-1 Jahre	0-1 Jahre	0-2 Jahre	1-offen	1-4 Jahre	2-6 Jahre	4-10 Jahre	6-14 Jahre	10-14 Jahre	12-20 Jahre	12-25 Jahre	
Empfohlenes Alter	alle	alle	alle	alle	8-12 Jahre	9-15 Jahre	12-18 Jahre	12-21 Jahre	>20	>20	>20	
Trainingschwerpunkte	Animation	Technik/Taktik	Te/Ta/Ko/Ps	Te/Ta/Ko/Ps	Rahmentrainingsplan	Rahmentrainingsplan	Rahmentrainingsplan	Rahmentrainingsplan	Individueller Trainingsplan	Individueller Trainingsplan	Individueller Trainingsplan	
Prozentuale Trainingsbereiche (Te,Ta,Ko,Ps)	frei	60/40	40/30/20/10	30/30/20/20	40/25/20/15	30/30/20/20	25/30/20/25	30/25/20/25	25/30/20/25	Individuell, nach Vorgaben des Cheftrainers	individuell	
Persönliches Dossier / Dropbox	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	ja	ja	ja	ja	
Wettkampf	Unlizenziertturniere	Freundschaftsspiele	regional	regional/national	regional/national	regional/national	national/international	national/international	(national)/international	international	international	
Vorgaben & Empfehlungen STT: Nachwuchskonzept, Rahmentrainingsplan	nein	nein	nein	nein	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	
Übertritt in T1, T2, T3, T4, E1, E2, M	-	Kindersport: SportPing	Kindersport: GlobalPing	PISTE und Vorgaben Rahmentrainingsplan	PISTE und Vorgaben Rahmentrainingsplan	PISTE und Vorgaben Rahmentrainingsplan	Elite: PISTE U-21, ab U-21 Top 200 Weltrangliste Nachwuchs: PISTE und Vorgaben Rahmentrainingsplan	Elite: Weltranglistenposition: Top 120 Nachwuchs: Resultate gemäss Rahmentrainingsplan: Skalenwert=10	Elite: Weltranglistenposition Top 50	Elite: Weltranglistenposition Top 10	The End	

FTEM Swiss Table Tennis

Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung im Tischtennis

Gary Seitz, Georg Silberschmidt, Samir Mulabdic



2020

Swiss Table Tennis

Haus des Sports

Talgutzentrum 27

3063 Ittigen

<http://www.swisstabletennis.ch>

info@swisstabletennis.ch