Talentförderkonzept des Leichtathletik-Verbandes Rheinhessen-Rheinland (LVRR)

Präambel

Mit der Fusion der Leichtathletik-Landesverbände Rheinhessen und Rheinland werden die Förderstrukturen für den Nachwuchs U14 und U16 neu aufgestellt.

„Talent"-förderkonzept einordnen: *Das Wort „Talent" wird oft inflationär und im falschen Kontext verwendet und kann nur retrospektiv sicher benannt werden. Damit das nachfolgende Förderkonzept nachvollziehbar wird, ist es wichtig den Talentbegriff zu erläutern, den der LVRR verfolgt.*

Im Kontext der Förderung junger Athletinnen und Athleten bedeutet das, sich von einem Talentbegriff zu verabschieden, der sich lediglich daran orientiert, wer gerade leistungsstark ist. Denn eines ist mittlerweile klar: Gute Wettkampfergebnisse in jungem Alter sind ein schwacher Prädiktor für eine langfristig erfolgreiche Entwicklung. Nur ein sehr geringer Anteil an Spitzensportlern gehörte in seiner Jugend bereits zu den Leistungsstärksten.

Im Rahmen einer langfristig erfolgreichen Förderung muss der Fokus daher über einfache Zahlen hinausgehen. Entsprechend ist das Förderkonzept gestaltet. Es sollen auch Athletinnen und Athleten gesehen werden, die bislang noch keine herausragenden Leistungen gezeigt haben, aber in anderen Bereichen bereits Stärken entwickelt haben. Ein „Talent" zu sein bedeutet folglich nicht mehr nur, gute Wettkampfleistungen zu liefern, sondern Eigenschaften mitzubringen und zu verfolgen, die Potenzial ermöglichen.

Regionalkader

Die Regionalkader (RK) des Leichtathletik-Verbandes Rheinhessen-Rheinland dienen dazu, Leichtathleten mit Potenzial ab der Altersklasse (AK) 12 gezielt zu fördern und auf den Anschluss in höhere Kaderstrukturen bzw. die Anforderungen des Leistungssports vorzubereiten. Die Kader sind verbandseinheitlich organisiert, werden jedoch in den Regionen des Verbandes betreut: Koblenz, Trier und Mainz.

Maßnahmen der Regionalkader sollen die Athleten in ihrem Heimtraining bestmöglich unterstützen und Grundlagen für eine langfristige Entwicklung legen. Den Athleten bietet sich die Chance, zusammen mit den stärksten und hochmotivierten Athleten der Region zu trainieren und ergänzende Inhalte kennenzulernen, die ihnen auf dem Weg in den Nachwuchsleistungssport helfen werden. Heimtrainer können die Gelegenheit zur Vernetzung und Weiterbildung nutzen, indem sie ihre Athleten zu den Maßnahmen begleiten und in engen Austausch mit den Kadertrainern gehen.

Pro Region (Koblenz, Trier, Mainz) gibt es jeweils einen RK I und RK II. Es besteht die Option die RK innerhalb der Region aufzuteilen, sofern ein berechtigter Grund dafür besteht. Grundsätzlich finden die Kadermaßnahmen jedoch zentral statt.

Eine Berufung in den RK erfolgt nach der Teilnahme an einer Sichtungsdiagnostik, die in der jeweiligen Region durchgeführt wird.

	RK II	**RK I**
Altersklassen	AK 12 – 13	AK 14 - 15
Beschreibung	Einstieg in das Kadersystem, Basis schaffen, erweitertes Grundlagentraining. Basis sind der „RTP-Grundlagentraining“ (DLV) sowie das „Youth Physical Development Model“ (YPD)	Absehbare Perspektive im Leistungssport, Potenziale entwickeln. Basis sind der „RTP-Grundlagentraining“ (DLV) sowie das „Youth Physical Development Model“ (YPD)
Organisatorische Leitung	Jennifer Jüngling (Geschäftsstelle LVRR) Jörg Klein (Beauftragter Talentsichtung und Nachwuchsförderung) Linus Herzog (Talentsichtungs- und Stützpunkttrainer) Matthias Ströher (Leitung Landesleistungszentrum)	
Maßnahmen	Mind. 1x/Monat	Mind. 2x/Monat
Region Koblenz	Leitung: Jens Fahrenbruch, Julia Franz Trainingsstandort: Region Koblenz	Leitung: Sigi Derek, Holger Klein Trainingsstandort: Koblenz, Neuwied
Region Trier	Leitung: Melanie Schröter Trainingsstandort: Region Trier	Leitung: Jörg Klein Trainingsstandort: Wittlich
Region Mainz	Leitung: Linus Herzog Trainingsstandort: Mainz	Leitung: Linus Herzog Trainingsstandort: Mainz

Wie werde ich zur Sichtungsdiagnostik eingeladen?

Es werden alle Athleten zur Sichtungsdiagnostik eingeladen, die sich über die Website des LVRR über das Anmelde-Formular, unter dem Reiter „Regionalkader“, angemeldet haben.

Eine Anmeldung kann auf dieser Grundlage erfolgen:

a) Erfüllung eines oder mehrerer Kader-Richtwerte.
b) Bei fehlendem Kader-Richtwert: Empfehlung des KiLa-Beauftragten (AK 11) oder andere Begründung, die für eine Förderung des Athleten spricht (AK 11 – 14).

Der KiLa-Beauftragte unterstützt die Regionalkader bei der Sichtung der KiLa-Wettkämpfe und kann in der jeweiligen Region Empfehlungen für Athleten aussprechen, die keinen Richtwert erfüllen, aber Potenzial haben.

Es besteht außerdem für Heimtrainer und Eltern die Option, ihren Athleten/ihr Kind für die Sichtung anzumelden. Das ist bspw. dann sinnvoll, wenn ein Richtwert nicht erfüllt wurde, weil der Athlet verletzt war, neu in der Leichtathletik ist oder einen Richtwert knapp nicht erreicht hat und der Heimtrainer Potenzial im Athleten sieht. Dazu zählen für den Kadertrainer schwer ersichtliche Faktoren wie Motivation, Trainingsbereitschaft, Selbstdisziplin, Coachability usw.

Die Sichtungsdiagnostik findet im Herbst statt und wird frühzeitig, spätestens jedoch 28 Tage vor dem eigentlichen Termin, auf der Website des LVRR (Rahmenterminplan) bekanntgegeben. Zusätzlich erhält der Athlet/die Eltern und der Heimtrainer spätestens 7 Tage vor dem Termin eine Einladung per E-Mail.

Wie kann ich in den Kader berufen werden?

Die Teilnahme an der Sichtungsdiagnostik ist für eine Berufung verpflichtend. Kann die Sichtungsdiagnostik aus wichtigen Gründen nicht wahrgenommen werden, kann innerhalb von 4 Wochen mit dem Kadertrainer individuell ein Ausweichtermin vereinbart werden. Andernfalls ist keine Berufung in den Regionalkader möglich.

Im Rahmen der Anmeldung und weiterführenden Sichtungsdiagnostik werden verschiedene Kriterien überprüft, die den Entwicklungsstand des Athleten verdeutlichen und dem Kadertrainer dabei helfen, zu entscheiden welche Athleten von einer Förderung im Kader am meisten profitieren.

Kaderkriterien

1. Kader-Richtwerte, Leistungsprofil – *ladv-Leistungsdatenbank*
2. Rahmenbedingungen des Athleten und Athletenverhalten – *Forms-Fragebogen*
3. „Meilensteine der Leichtathletik“, Kraft und Koordination - *Diagnostik*
4. „Plus Prevention“, Beweglichkeit und Koordination - *Diagnostik*
5. „BioFinal“, biologischer Reifegrad - *Diagnostik*
6. Gesamteindruck – *Evaluation*

Die Kriterien werden später genauer erläutert.

Gewichtung der Kaderkriterien:

Die einzelnen Kriterien gehen unterschiedlich stark in die Entscheidung des Kadertrainers ein.

1. Kader-Richtwerte, Leistungsprofil – *30 %*
2. Rahmenbedingungen des Athleten und Athletenverhalten – *25 %*
3. „Meilensteine der Leichtathletik“, Kraft und Koordination – *20 %*
4. „Plus Prevention“, Beweglichkeit und Koordination – *9 %*
5. „BioFinal“, biologischer Reifegrad – *indirekt über Kader-Richtwerte und Gesamteindruck*
6. Gesamteindruck – *16 %*

Kaderberufung

Die Basis für die Kaderberufung bilden die Ergebnisse der verschiedenen Kaderkriterien. Der Kadertrainer trifft seine Entscheidung, indem er die einzelnen Ergebnisse in einen Kontext bringt und wählt diejenigen aus, wo er zum aktuellen Zeitpunkt eine Förderung für sinnvoll hält.

Jeder Kadertrainer legt eine an die Region angepasste maximale Anzahl an Athleten fest, die für den jeweiligen Kader berufen werden. Ziel ist es, möglichst viele junge Athleten in den Kader aufzunehmen. Eine Selektion findet erst dann statt, wenn die Qualität der Maßnahmen aufgrund der Gruppengröße abnehmen würde.

Die offizielle Berufung findet ein bis zwei Wochen nach der Sichtungsdiagnostik statt. Die Athleten/Eltern und Heimtrainer werden per E-Mail informiert. Im Zuge dessen erhält der Athlet eine Athletenvereinbarung, die gelesen und vom Athleten selbst, den Eltern sowie dem Heimtrainer unterzeichnet werden muss, um offiziell in den Kader aufgenommen zu werden.

Kaderplätze

Sollten weniger Anmeldungen vorliegen, als im Kader Plätze verfügbar sind, steht es dem jeweiligen Kadertrainer zu, weitere Athleten zur Sichtung einzuladen und in den Kader zu berufen, sofern die genannten Kriterien für ein erkennbares Potenzial sprechen.

Sind andersherum mehr Athleten zur Sichtungsdiagnostik eingeladen als Kaderplätze zur Verfügung stehen, wird auf Basis der Kaderkriterien ausgewählt, wer in den Kader berufen wird.

Quereinstieg

Neuzugänge (Talenttransfer in die Leichtathletik) oder Athleten, deren bisherige Leistung nicht ausreichend war, mit auffälliger Leistungssteigerung in der laufenden Saison, können vom Kadertrainer nachträglich in den Kader aufgenommen werden. Dies findet in Rücksprache mit den Kadertrainern der Regionen sowie der Projektleitung statt.

Spät- und Frühentwickler

Körperlich spätentwickelte Kinder und Jugendliche haben die Möglichkeit einen Antrag auf Kaderzulassung zu stellen. Das ist dann sinnvoll, wenn ein Athlet die Kader-Richtwerte für die entsprechende Altersklasse nicht erfüllt, weil er im Längenwachstum oder anderen Entwicklungsprozessen hinter dem Durchschnitt liegt oder einfach spät im Jahr geboren ist (Relativer Alterseffekt). Die biologische Reife wird mithilfe von „BioFinal“, einem Tool des IAT Leipzig, überprüft.

Athleten der AK14 haben die Möglichkeit, für eine weitere Saison im RK II zu bleiben, wenn sie spätentwickelt sind und daher nicht die Kader-Richtwerte für den RK I erfüllen. Die Option wird unter Berücksichtigung der Meinung des Heimtrainers und des Athleten getroffen. Das gleiche gilt für Athleten der AK15, wenn sie nicht in den Landeskader übernommen werden, aber eine weitere Förderung sinnvoll erscheint.

Körperlich frühentwickelte Kinder und Jugendliche haben unter bestimmten Voraussetzungen die Möglichkeit, in einen höheren Kader berufen zu werden:

1. Die kognitive und emotionale Reife entspricht dem frühentwickelten biologischen Alter (nachgewiesen mit BioFinal)
2. Der Athlet ist technisch versiert und hat ein sehr gutes Bewegungsgefühl
3. Die Kader-Richtwerte für den eigentlichen Kader werden weit übertroffen, ohne dass dafür übermäßig viel oder intensiv trainiert wurde
4. Heimtrainer und Athlet/Eltern befürworten die Berufung in den höheren Kader

Grundsätzlich besteht die Option nur für die AK13. Die finale Entscheidung trifft der Kadertrainer. Er stimmt nur zu, wenn die Berufung sinnvoll für die langfristige Entwicklung des Athleten ist.

Fortbildung

Heimtrainer können Kadermaßnahmen besuchen und über eine aktive Beteiligung bzw. Auseinandersetzung mit den Inhalten (Hospitation) Lehreinheiten zur Verlängerung ihrer Übungsleiterlizenz (C, B) bescheinigt bekommen.

Das entsprechende Dokument ist beim Kadertrainer erhältlich.

Verbleib im RK

Ist es einem Athleten aufgrund diverser Umstände, die nicht selbstverschuldet sind, nicht möglich sein Potenzial während der Kaderzugehörigkeit unter Beweis zu stellen, kann der Kadertrainer den Athleten für ein weiteres Jahr in den RK aufnehmen. Solche Umstände können bspw. längere Verletzung/Krankheit, Veränderung der familiären Situation, ausbleibende körperliche Entwicklung u. Ä. sein.

Landeskader 3 (LK3) und weitere Fördermaßnahmen

LK3:

Athleten der AK14 und jünger können nicht Teil des LK sein.

Athleten der AK15 können in den LK3 aufgenommen werden, nehmen jedoch vorrangig an den RK-Maßnahmen teil. Sie können darüber hinaus zu einzelnen LK-Maßnahmen eingeladen werden. Dies findet immer in Rücksprache zwischen den Kadertrainern statt.

Talentfördergruppen:

Athleten können entweder Teil des Regionalkaders oder einer Talentfördergruppe (TFG) sein. Athleten, die für beides nominiert wurden, werden darüber informiert und müssen sich für die anstehende Saison für einen Weg der Förderung entscheiden.

Zusammenfassung: Ablauf der Sichtung und Kaderberufung

1. Auf Basis der **Anmeldungen** (mit oder ohne Kader-Richtwert) über die Website des LVRR werden die Athleten zur **Sichtungsdiagnostik** eingeladen. Die Teilnahme ist verpflichtend. Der Termin wird frühzeitig über die Website des LVRR bekanntgegeben und im Zuge der Einladung ebenfalls kommuniziert.
2. Bei der Sichtungsdiagnostik werden verschiedene **Tests** durchgeführt, welche die **Kaderkriterien** überprüfen.
3. Athleten, die in den Kader berufen werden, sowie deren Eltern und Heimtrainer, erhalten eine offizielle **Kaderberufung** per E-Mail.
4. Athleten sind erst offiziell Teil des RK, wenn sie (und Erziehungsberechtige sowie ihr Heimtrainer) die ihnen zugeschickte **Athletenvereinbarung** unterzeichnet haben.

Die Kriterien des RK erklärt:

1. **Kader-Richtwerte, Leistungsprofil (30 %):** Die Kader-Richtwerte stellen Werte dar, die bei einer normalen Entwicklung mit regelmäßigem, aber nicht übermäßigem Training, erreichbar sind. Eine Erfüllung ist jedoch keine Bedingung für eine Berufung in den Kader. Sie werden im Kontext der anderen Kriterien interpretiert. Sofern vorhanden, wird zusätzlich die Leistungsentwicklung über den in der ladv-Leistungsdatenbank vorhanden Zeitraum berücksichtigt. Daneben fließen Faktoren wie eine regelmäßige Wettkampfteilnahme (RK II 5 – 10 und RK I 10 – 15) und Vielfältigkeit (Teilnahme an verschiedenen Disziplinen) mit ein. Ein Richtwert im Mehrkampf/Block ist grundsätzlich mehr wert als ein Richtwert in einer Einzeldisziplin. Ist ein Athlet spätentwickelt (BioFinal) oder spät im Jahr geboren, wird das im Fall einer Nicht-Erfüllung der Richtwerte berücksichtigt, indem dieser prozentual zurückgestuft wird.

2. **Athleten-Fragebogen (25 %):** Der Fragebogen beinhaltet verschiedene Fragen und Aussagen zu den Rahmenbedingungen und zur Persönlichkeit des Athleten und ist vom Athleten sowie einem Elternteil gemeinsam mit dem Heimtrainer auszufüllen. Der Fragebogen wird in Microsoft Forms bearbeitet. Auf die Ergebnisse haben ausschließlich die zuständigen Kadertrainer und die Projektleitung Zugriff. Nicht alle Antworten sind für die Sichtung unmittelbar relevant. Damit es nicht zu einer Verzerrung kommt, müssen die Angaben unbedingt ehrlich und nach bestem Gewissen gemacht werden. Die Rahmenbedingungen eines Athleten sind entscheidend, wenn die Frage gestellt wird, welche Athleten eine Förderung benötigen, um sich weiterzuentwickeln.
3. **„Meilensteine der Leichtathletik“ (20 %):** Die Meilensteine der Leichtathletik stellen Orientierungswerte aus dem Bereich der Koordination und Athletik dar, die für die langfristige Entwicklung eines Leichtathleten essenziell sind. Athleten, die eine Förderung durch den Regionalkader anstreben, sollten möglichst viele der Meilensteine erfüllen oder auf dem Weg dorthin sein. Die Meilensteine sollen Athleten dazu befähigen, sich auf eine langfristige Karriere im Leistungssport vorzubereiten und in ihrer Laufbahn Verletzungen zu reduzieren. Außerdem können sie gut als Trainingsziele verwendet werden.

   Es müssen nicht zwingenderweise alle Meilensteine erreicht werden, um in den Kader aufgenommen zu werden. Alle Meilensteine können hervorragend durch ein entsprechendes Training entwickelt werden. Für eine Teilnahme am Kadertraining werden Grundlagen in punkto Kraft und Koordination vorausgesetzt, die im Vereinstraining problemlos entwickelt werden können.

   Das Meilenstein-System ist online abrufbar und kann als Orientierung und zur Vorbereitung auf den Kader verwendet werden. Bei Fragen kann die organisatorische Leitung kontaktiert werden.

   Wichtig: Auch im Bereich der Athletik gilt: Qualität (Technik/Ansteuerung) der Übungsausführung über Quantität (Wiederholungszahl/Gewicht). Ziel als Leichtathlet ist es nicht

maximal viel Gewicht zu bewegen, sondern die Voraussetzung für die Leistungsfähigkeit in der jeweiligen Disziplin zu verbessern.

Siehe Dokument „Meilensteine der Leichtathletik“ (Kraft, Beweglichkeit, Koordination).

4. **„Plus Prevention“ (9 %):** Das Tool „Plus Prevention“ wurde vom IAT Leipzig entwickelt und dient der Überprüfung der Beweglichkeit und neuronalen Ansteuerung (Koordination). Eine ausreichende Beweglichkeit sowie Koordination ist für viele leichtathletische Disziplinen entscheidend und hilft dabei, das Verletzungsrisiko zu reduzieren. Diese Tests bilden die Basisbeweglichkeit ab, die möglichst jeder Athlet haben sollte. Wenn einzelne Tests nicht erfüllt werden, erhalten die Athleten individuelle Übungen, um ihre Defizite auszugleichen.

   Detaillierte Informationen sowie Übungsempfehlungen können der Datei „Plus Prevention“ entnommen werden.

5. **BioFinal:** Das Tool „BioFinal“ des IAT Leipzig berechnet auf Grundlage verschiedener anthropometrischer Daten den biologischen Entwicklungsstand. Athleten können demnach frühentwickelt, normalentwickelt oder spätentwickelt sein. Diese Berechnung wird durch das Trainerauge ergänzt, wodurch ein gutes Bild des biologischen Alters entsteht. Dieses wird, neben der Berücksichtigung des Relativen Alters, in einen Kontext mit den anderen Kriterien gesetzt und entsprechend bei der Kaderberufung berücksichtigt.
6. **Gesamteindruck (16 %):** Der Kadertrainer bringt die Ergebnisse der Kaderkriterien in einen Zusammenhang und schätzt das vorhandene Potenzial ab. Das Trainerauge und die Erfahrung des Kadertrainers ist in der Beurteilung nicht zu vernachlässigen, weshalb dem Kadertrainer eine flexible Beurteilung ermöglicht wird. Es werden Kriterien wie ein „Bewegungsgefühl“, besonders herausragende Leistungen (im Kontext der Richtwerte), eine Einordnung vor der biologischen Reife, aber auch das Athletenverhalten (Persönlichkeit und Charakter im sportlichen Kontext) einbezogen.

Schlusswort

Dem LVRR ist wichtig, dass alle Akteure folgendes verstehen: Wird ein Athlet aus verschiedenen Gründen nicht in den Regionalkader berufen, bedeutet das nicht, dass er oder sie kein Talent hat oder nicht gut genug ist. Es bedeutet lediglich, dass zum entsprechenden Zeitpunkt eine Förderung anderer Athleten aus Sicht der Kadertrainer sinnvoller erscheint.

Die langfristige Entwicklung eines Athleten ist nicht primär davon abhängig, ob er Teil eines Kaders ist oder nicht. Eine Kaderzugehörigkeit mag gewisse Vorteile bieten, aber es ist auch ohne diese möglich sich leistungssportlich zu entwickeln und gute Leistungen zu erbringen.

Eine Absage für den Kader ist nie gegen den Athleten gerichtet und wird erst dann erteilt, wenn es sein muss. Die Entscheidung ist in jedem Fall begründet und darf vom Athleten und Heimtrainer erfragt werden.

Am Ende zeigt die Statistik auch hier: Die wenigsten Athleten, die an der Spitze ankommen, waren früh in Kaderstrukturen. Nicht im Kader zu sein bedeutet also nicht, keine Chancen auf eine gute Leistungsentwicklung zu haben.

Kontakt

Projektleitung:	Jennifer Jüngling (Geschäftsstelle LVRR) info@lv-rr.de Jörg Klein (Beauftragter Talentsichtung und Nachwuchsförderung) joerg.klein@LV-RR.de Linus Herzog (Talentsichtungs- und Stützpunkttrainer) linus.herzog@LV-RR.de Matthias Ströher (Leitung Landesleistungszentrum) matthias.stroeher@LV-RR.de
Bei allgemeinen Fragen	regionalkader@lv-rr.de