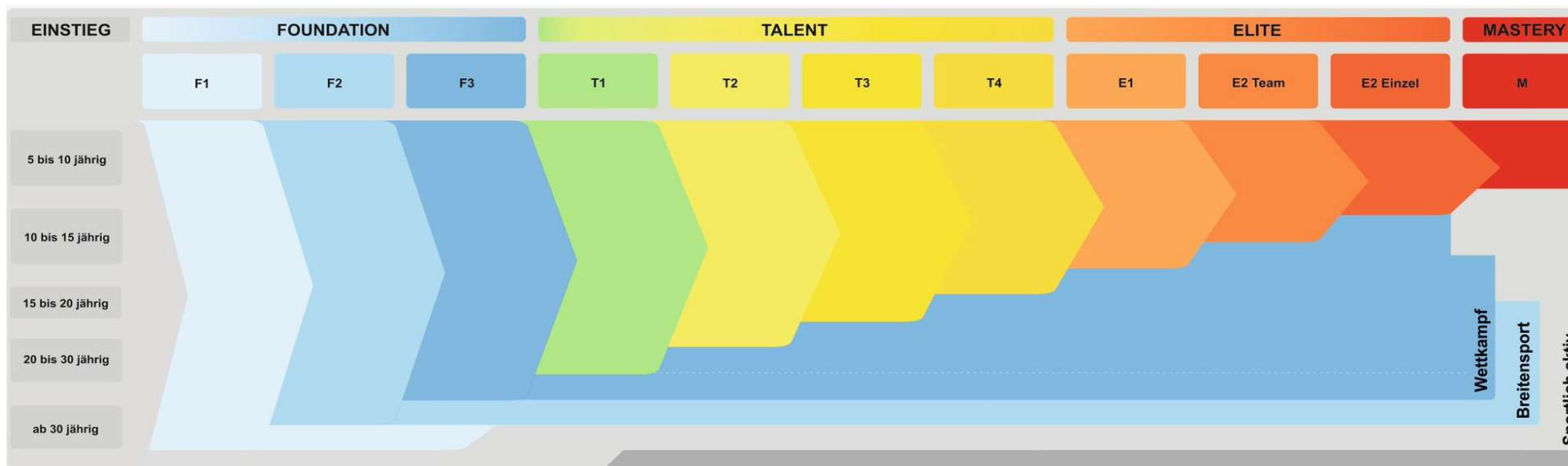


# FTEM Squash: Athleten- und Sportkarriereweg

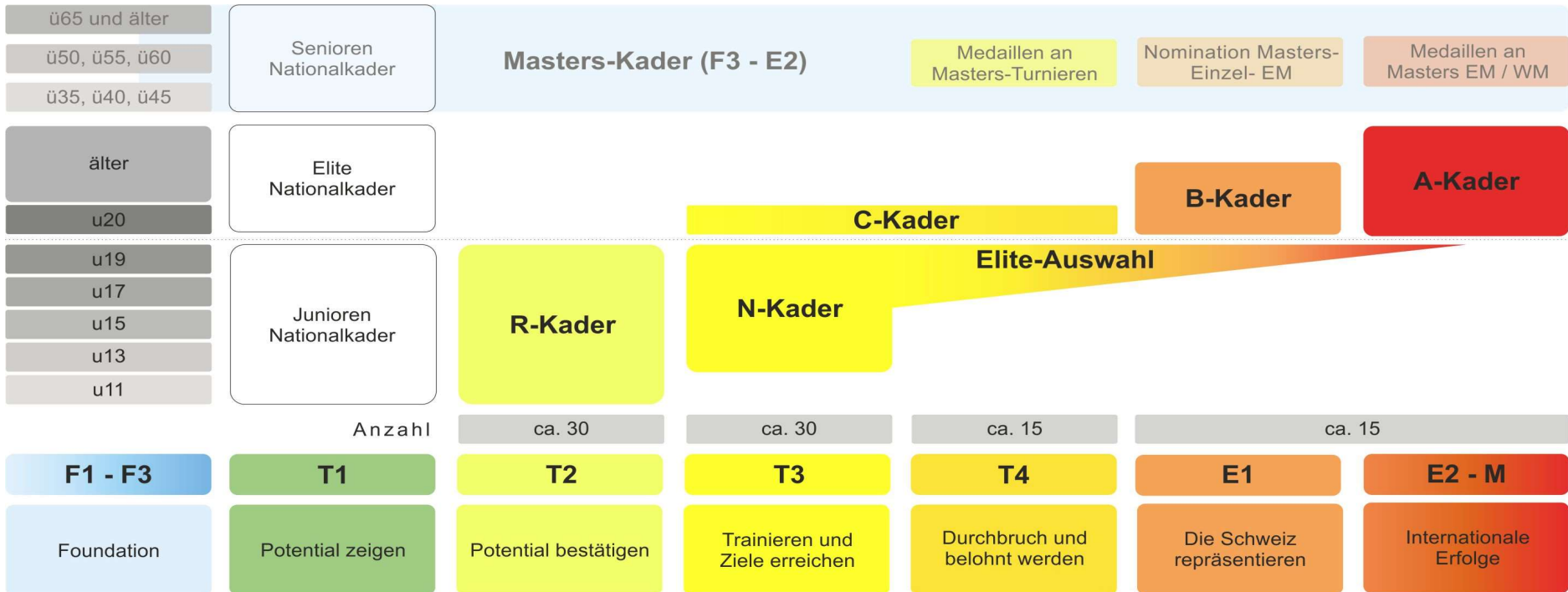


Der gesamte Squash Karriereweg orientiert sich am Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung FTEM Squash. Das J+S-Trainingshandbuch und das Swiss Squash Trainingshandbuch beschreiben für die jeweilige Phase sinnvolle Trainingsinhalte. FTEM Squash dient somit als Orientierungsgrundlage der Rahmentrainingsplanung, während die Trainingshandbücher detailliertere Trainingsinhalte definieren. Ab 2020 werden auf der neu gestalteten Trainingswebsite immer wieder neue Spiel- und Übungsformen veröffentlicht, welche für die jeweiligen Zielsetzungen und Phasen konkrete Trainingsbeispiele geben.

Auf den folgenden Seiten werden Kaderstruktur, Fördergefässe sowie relevante Details zur Betreuung und zum Schul- und Trainingsumfeld beschrieben.

# Nationalkader Swiss Squash

Darstellung nach FTEM



# Swiss Squash Kader

# Swiss Squash Leistungszentren und Stützpunkte



<b>Nationalkader (Elite, NW N+R)</b>		<b>Swiss Squash</b>	<b>Anforderungen</b>	<b>Fachleute Sport, Medizin und Wissenschaft</b> <b>Dienstleistungsvereinbarungen mit Chef Nachwuchs, Leistungssport und Ausbildung</b> <b>Dienstleistungsvereinbarungen mit Funktionären, Service Level Agreements mit Firmen</b>	<b>Nachwuchs &amp; Leistungssport</b>	
<b>Personen</b>	<b>Chef Leistungssport</b> <b>Nachwuchsverantwortlicher</b> <b>Nationaltrainer</b> <b>Swiss Squash Pooltrainer</b> <b>Physiotherapeut</b>		<b>Aufgaben</b>	Verantwortung Swiss Squash Sportförderkonzept - Michael Müller Verantwortung Leistungssport - Marcel Schranz Verantwortung Ethik - Marcel Schranz Verantwortung Nachwuchsförderung - Michael Müller Verantwortung Rahmentrainingsplanung und FTEM - Michael Müller Verantwortung sportmedizinisches Check-up - Marcel Schranz, Arzt René Zenhäusern Physiotherapie - Physiotherapeuten der NSP Verantwortung Sportpsychologie - Chris Hadden Verantwortung Antidoping - Marcel Schranz Leistungstestings PISTE - Michael Müller Spitzensportförderung der Armee - Michael Müller Nationaltrainer - Pascal Bruhin, diverse Trainer des Nationaltrainer-Pools		
<b>Aufgaben</b>	Wettkampf-Jahresplanung Umsetzen Rahmentrainingsplan Trainingsempfehlungen Karriereplanung & Beratung Zusammenzüge & Trainings Betreuung an intern. Turnieren Betreuung an nat. Turnieren Betreuung in Lagern	<b>NSP</b>	<b>Anforderungen</b>	<b>Trainer Spitzensport oder Trainer Leistungssport mit abgeschlossener Berufsprüfung</b> <b>Centermitglied mit Trainingsinfrastruktur: 6 Courts, tagsüber Benutzung NK gratis</b> <b>Einhalten der Rahmentrainingsplanung, Empfehlungen und Vorgaben von Swiss Squash</b>	<b>NSP</b>	
		<b>NSP LU (Kriens)</b> <b>NSP ZH (Uster)</b> <b>NSP ZH (Sihltal)</b>	<b>Aufgaben</b>	Trainings-Jahresplanung Regelmässige Trainings Athleten des Junioren-NK Regelmässige Trainings Athleten des Elite-NK Zusammenzüge des Nationalkaders Junioren Zusammenzüge des Nationalkaders Elite		
<b>Regionale Kader</b>		<b>RLZ NW</b>	<b>RLZ ELITE</b>	<b>Anforderungen</b>	<b>Trainer Leistungssport oder Swiss Squash Trainer, möglichst mit Berufsprüfung</b> <b>Centermitglied mit Trainingsinfrastruktur: 3 Courts, tagsüber Benutzung NK gratis</b> <b>Einhalten der Trainings- und Wettkampf- Jahresplanung</b>	<b>RLZ</b>
		Kriens Uster Langnau Lausanne Schlieren Zürich	Kriens Uster Langnau Fricktal Grabs Liestal	<b>Aufgaben</b>	Trainingsplanung & Wettkampfplanung (Detail-Planung) Aufnahme von Athleten von RSP/Vereinen für Trainings Präsenz an nationalen Turnieren & Turnierorganisation Freigabe der Athleten für NSP und NLZ-Aufgebote Regelmässige Trainings NK-Athleten (Elite oder NW)	
<b>Personen</b>	Je nach Region unterschiedlich	<b>J+S-Vereine</b>	<b>Anforderungen</b>	<b>Nachwuchstrainer oder J+S-Leiter</b> <b>Centermitglied. Einhalten der Trainings- und Wettkampf- Jahresplanung</b> <b>Regelmässige Trainings NK- oder RK-Athleten (Nachwuchs)</b>	<b>Vereine</b>	
<b>Aufgaben</b>	regional orientiert		<b>Aufgaben</b>	Trainingsdurchführung Präsenz an nationalen Turnieren & Turnierorganisation Freigabe der Athleten für RLZ, NSP und Nationalkader-Aktivitäten Förderung des Breiten- und Spitzensportes		

**NSP** = Nationaler Stützpunkt, **RLZ** = Regionales Leistungszentrum, **LS** = Leistungssport, **NW** = Nachwuchs, **N** = National, **R** = Regional, **L** = Lokal  
**NWT** = Nachwuchstrainer, **BTA** = Berufstrainerausbildung, **DTA** = Diplomtrainerausbildung, **NK** = Nationalkader, **PISTE** = Talent-Selektions-Prozess  
**FTEM** = Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz, **F** = Foundation, **T** = Talent, **E** = Elite, **M** = Mastery

# Swiss Squash Kader

# Nachwuchs - Betreuungsanteil und Aktivitäten



<b>Nationalkader (Elite, NW N+R)</b>		<b>Swiss Squash</b>	<b>Anteil</b>	<b>ca. 25% der betreuten Aktivitäten</b>	<b>Nachwuchs &amp; Leistungssport</b>
<b>Personen</b>	Chef Leistungssport Nachwuchsverantwortlicher Nationaltrainer Swiss Squash Pooltrainer Physiotherapeut		<b>Aktivitäten</b>	Rahmentrainingsplanung und FTEM Nationalkader: Selektion PISTE und Event-Nomination Trainingslager und Talent Treff Tenero Trainingszusammenzüge und Trainingsweekends Delegationen Junior Opens Delegationen PSA Delegationen an Europa- und Weltmeisterschaften Delegationen an Länderkämpfe Karriereplanung und Athletensupport Aus- und Weiterbildung der Athleten Beratung Ausbildung und Sport Beratung Militärdienst und Sport	
<b>Aufgaben</b>	Wettkampf-Jahresplanung Umsetzen Rahmentrainingsplan Trainingsempfehlungen Karriereplanung & Beratung Zusammenzüge & Trainings Betreuung an intern. Turnieren Betreuung an nat. Turnieren Betreuung in Lagern	<b>NSP LU (Kriens)</b>	<b>Anteil</b>	<b>ca. 25% der betreuten Aktivitäten</b>	<b>NSP</b>
		<b>NSP ZH (Uster)</b> <b>NSP ZH (Sihltal)</b>	<b>Aktivitäten</b>	Trainings-Jahresplanung der NSP-Athleten (zusammen mit dem Nationaltrainer) Regelmässige NSP-Trainings, von Swiss Squash finanziert Regelmässige NSP-Trainings, vom Stützpunkt finanziert Aufnahme von "externen" Athleten in die NSP-Trainings, ohne Kosten Betreuung an Wettkämpfen (Pooltrainer-Vertrag)	
<b>Regionale Kader</b>		<b>Lausanne Schlieren Sihltal Uster Kriens Zürich</b>	<b>Anteil</b>	<b>ca. 25% der betreuten Aktivitäten</b>	<b>RLZ</b>
<b>Personen</b>	Je nach Region unterschiedlich		<b>Aktivitäten</b>	Details und unterjährige Anpassung der Planung Regelmässige RLZ-Trainings, vom Leistungszentrum finanziert Aufnahme von "externen" Athleten in die RLZ-Trainings, ohne Kosten Freigabe der Athleten für NSP und Nationalkader-Aktivitäten Regelmässige Trainings von NK-Athleten (NW)	
<b>Aufgaben</b>	regional orientiert	<b>J+S-Vereine</b>	<b>Anteil</b>	<b>ca. 25% der betreuten Aktivitäten</b>	<b>Vereine</b>
			<b>Aktivitäten</b>	Trainingsdurchführung und soziale Betreuung der Athleten Regelmässige Vereins-Trainings Freigabe der Athleten für RLZ, NSP und Nationalkader-Aktivitäten Förderung des Breiten- und Spitzensportes	

**NSP** = Nationaler Stützpunkt, **RLZ** = Regionales Leistungszentrum, **NW** = Nachwuchs, **N** = National, **R** = Regional, **L** = Lokal  
**PSA** = Professional Squash Association, **NK** = Nationalkader, **PISTE** = Talent-Selektions-Prozess  
**FTEM** = Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz, **F** = Foundation, **T** = Talent, **E** = Elite, **M** = Mastery

# Swiss Squash Kader

# Selektion, Finanzierung und Labelvergabe



Selektion Nationalkader / Teams	
<b>Selektion und Nomination</b>	<b>Selektionskommissionen:</b> Nationaltrainer, Bereichsleiter, ZV-Vertreter <b>Selektion mittels:</b> PISTE & Selektionskriterien <b>Nomination der Nationalteams aufgrund:</b> Nominationskriterien <i>Details siehe Richtlinien Nationalkader</i> <b>Finanzielle Unterstützung möglich:</b> Sporthilfe, Swiss Olympic Card, Sponsoring
<b>Termine</b>	<b>Kaderjahr / Talent Card Gültigkeit:</b> 1.11. - 31.10. <b>Selektionsprozesse:</b> 20.08. - 10.10. Swiss Olympic (Talent) Cards Meldung jeweils am 10.10. <b>Entscheide:</b> 2-4 Monate vor EM, WM

Finanziert durch: Swiss Squash, Swiss Olympic, J+S-NG4, Pool Partner, andere	<b>Vergabeinstanz</b>	Zentralvorstand (ZV) Swiss Squash	Qualifiziertes Personal
	<b>Vergabe-Details</b>	Dienstleistungsvereinbarungen mit bezahlten Aufgabenträgern Arbeitsvertrag mit Nationaltrainer Service-Level-Agreements mit Firmen  langfristig (i.d.R. 4 Jahre) jährlich kündbar (wenn wichtige Gründe vorliegen) Herbst 2024, 2028, 2032, etc. Gültigkeitsjahr: normalerweise Januar - Dezember	
J+S-NG1, Swiss Olympic, Kantone, Swiss Los, andere	<b>Vergabeinstanz</b>	Zentralvorstand (ZV) von Swiss Squash, NASAK Status BASPO	NSP
	<b>Vergabe-Details</b>	Dienstleistungsvereinbarungen mit bezahlten Aufgabenträgern NSP Verträge, langfristig (i.d.R. 4 Jahre oder unbefristet) jährlich kündbar (wenn wichtige Gründe vorliegen) NSP Anlagen können vom BASPO in NASAK aufgenommen werden und von den Swiss Olympic NASAK-Nutzungsbeiträgen profitieren	
J+S-NG1, Vereine, Kantone, Swiss Los, andere	<b>Vergabeinstanz</b>	Verantwortliche Nachwuchs und Leistungssport	RLZ
	<b>Vergabe-Details</b>	jährlich, jeweils per 1.1., Beschlussfassung jeweils im Oktober Gültigkeitsjahr: normalerweise Januar - Dezember	
J+S-NG 1, Vereine, andere	<b>Vergabeinstanz</b>	Keine Vergabe - alle Vereine mit J+S-Angeboten	Vereine
	<b>Vergabe-Details</b>		

Regionale Kader	
<b>Selektion</b>	Je nach Region unterschiedlich
<b>Termine</b>	regional orientiert

**NSP** = Nationaler Stützpunkt, **RLZ** = Regionales Leistungszentrum, **LS** = Leistungssport, **NW** = Nachwuchs, **N** = National, **R** = Regional, **L** = Lokal  
**NWT** = Nachwuchstrainer, **BTA** = Berufstrainerausbildung, **DTA** = Diplomtrainerausbildung, **NK** = Nationalkader, **RK** = Regionalkader

# Nationale und regionale Förderzellen - Trainings der Kaderathleten



## NATIONALE STÜTZPUNKTE

<b>NSP LU - Kriens</b>
<b>inkl. RLZ Kriens (Pilatus / Panthers)</b>
Anlässe des Nationalkaders & Wettkämpfe
Trainings im NSP - 50% - Trainer Pascal Bruhin
Trainings im RLZ - 0-25% - Trainer Cedric Kuchen
Trainings im Verein - 25% - diverse Trainer
betreut 75% : unbetreut 25%

<b>NSP ZH - Uster</b>
<b>inkl. RLZ Uster (Uster)</b>
Anlässe des Nationalkaders & Wettkämpfe
Trainings im NSP - 50% - Trainer Florian Pössl
Trainings im RLZ - 0-25% - Trainer Oli Gutenberg
Trainings im Verein - 25% - diverse Trainer
betreut 75% : unbetreut 25%

<b>NSP ZH - Lagnau a./A.</b>
<b>inkl. RLZ Sihltal (Sihltal)</b>
Anlässe des Nationalkaders & Wettkämpfe
Trainings im NSP 25-50% - Trainer Michi Müller
Trainings im RLZ - 0-25% - Trainer Andi Dietzsch
Trainings im Verein - 25% - Trainer Diego Staub
betreut 75% : unbetreut 25%

## REGIONALE LEISTUNGSZENTREN

<b>RLZ Lausanne (Lausanne) - NACHWUCHS</b>
Anlässe des Nationalkader & Wettkämpfe
Trainings im NSP ZH oder LU - noch keine
Trainings im RLZ - 50% - Trainer Steven Fialeix
Trainings im Verein - 25% - diverse Trainer
betreut 65% : unbetreut 35%
neu ab 01.01.22, vorerst nur Nachwuchs

<b>RLZ Schlieren (Vitis) - NACHWUCHS</b>
Anlässe des Nationalkader & Wettkämpfe
Trainings im NSP ZH oder LU - 15 - 25%
Trainings im RLZ - 35% - Trainer John Williams
Trainings im Verein - 25% - diverse Trainer
betreut 75% : unbetreut 25%

<b>RLZ Zürich (GC) - NACHWUCHS</b>
Anlässe des Nationalkader & Wettkämpfe
Trainings im NSP ZH oder LU - 15 - 25%
Trainings im RLZ - 35% - Trainer Anton Eggmann
Trainings im Verein - 25% - Cindy Merlo
betreut 75% : unbetreut 25%

<b>RLZ Liestal (Carnivals) - DAMEN</b>
Anlässe des Nationalkader & Wettkämpfe
Trainings im NSP ZH oder LU - 15 - 25%
Trainings im RLZ - 25% - Trainerin Bea Walser
Trainings im Verein - 25% - diverse Trainer
betreut 65% : unbetreut 35%

<b>RLZ Fricktal (Fricktal) - DAMEN</b>
Anlässe des Nationalkader & Wettkämpfe
Trainings im NSP ZH oder LU
Trainings im RLZ - Trainer Andrew Marshall
Trainings im Verein - diverse Trainer
betreut 75% : unbetreut 25%
aktuell nur Damen

<b>RLZ Grabs (Grabs) - HERREN</b>
Anlässe des Nationalkader & Wettkämpfe
Trainings im NSP ZH oder LU - 15 - 25%
Trainings im RLZ - 35% - Trainer David Heath
Trainings im Verein - 25% - diverse Trainer
betreut 65% : unbetreut 35%
aktuell nur Herren

<b>RLZ Vaduz (NSP Liechtenstein)</b>
Trainings im NLZ LIE - 50% - Peter Maier
Trainings im RLZ LIE - 50% - Patrick Maier

# Wettkämpfe und deren Betreuung



## Betreuung an Wettkämpfen

Event	Beschreibung <i>ESF Status</i>	Coaching			Info/Beratung		
		NT / PT	RLZ	Verein	NT / PT	RLZ	Verein
Junior Opens	<i>Super Series</i> (alle)	ja			ja		
	<i>Grand Prix</i>	ja			ja	ja	
	<i>Junior Open</i>		ja	ja		ja	ja
CH-Turniere	SQUASH IT (Kinder & Jug.)		ja	ja	ja	ja	ja
	Turniere (Erwachsene & Jug.)		ja	ja	ja	ja	ja
	Junioren SM		ja	ja	ja		
	Elite SM	ja	ja	ja			
	Liga / Interclub		ja	ja		ja	ja

## Ablauf von Wettkämpfen

Event	Beschreibung <i>ESF Status</i>	Dauer		Spieldauer			Rückreise
		Tage	Anreise	Starttag	Mitteltage	Schlussstag	
Junior Opens	<i>Super Series</i> (alle)	4 (5)	3 - 10 h	4 - 6 h	12 - 14 h	6 - 7 h	3 - 10 h
	<i>Grand Prix</i> + LIE JO	3 (4)	3 - 10 h	4 - 6 h	12 - 14 h	6 - 7 h	3 - 10 h
	<i>Junior Open</i>	3	2 - 5 h	12 h	12 - 14 h	6 - 7 h	2 - 5 h
<b>Trainer- Präsenz</b>		<b>täglich 14 - 16 Stunden</b>					
CH-Turniere	SQUASH IT (Kinder & Jug.)	2	1 h		9 - 12 h		1 h
	Turniere (Erwachsene & Jug.)	2	1 h		7 - 9 h		1 h
	Junioren SM	2	1 h		11 - 12 h		1 h
	Elite SM	5	1 h		5 - 10 h		1 h
	Liga / Interclub	1	1 h		2 - 4 h		1 h
<b>Trainer- Präsenz</b>		<b>täglich 5 - 12 Stunden</b>					

## Aktivität an Turnieren (Junior Opens)

		Aktivität Athlet			Betreuung / Beratung durch Trainer		
		Minimum	Maximum	Schnitt	Minimum	Maximum	Schnitt
<b>1* / Wettkampf</b>	Kaderinformation Tag 1	30	90	60	30	90	60
		30	90	<b>60</b>	30	90	<b>60</b>
<b>1* / Tag</b>	Aufwärmen am Morgen	10	40	20	0	40	20
	Nachbesprechung in Gruppe	20	90	60	20	90	60
	Coachen / Beobachtung	40	120	75	0	0	0
	<b>Total</b>	70	250	<b>155</b>	20	130	<b>80</b>
<b>1* / Spiel</b>	Vorbesprechung	5	15	10	5	15	5
	Aufwärmen / Vorbereitung	20	40	30	0	10	10
	Spieldauer	15	90	40	15	90	40
	Auslaufen / Stretching	10	30	20	0	10	5
	<b>Total</b>	50	175	<b>100</b>	20	125	<b>60</b>
<b>Spiele / Tag</b>	Anzahl Matches	1	3	2	1	3	2
<b>Total</b>	<b>Zeit pro Tag und Athlet</b>	<b>über 5 Stunden</b>		<b>415</b>	<b>Trainer ganzer Tag</b>		<b>260</b>
	<b>davon aktiv Sport</b>	<b>über 3 Stunden</b>		200			
	<b>davon aktive Ausbildung</b>	<b>über 2 Stunden</b>		130			
	<b>davon selbständig</b>	<b>über 1 Stunde</b>		85			

## Fazit

Viele Wettkämpfe zu spielen ist integrierter Bestandteil unseres Ausbildungskonzeptes in der Nachwuchsförderung. Swiss Squash legt höchsten Wert auf internationale Wettkämpfe und stellt qualitativ beste Betreuung sicher. Ein Wettkampftag hat mindestens gleich hohe Bedeutung wie ein Trainingstag oder ein Lagertag. Die Trainerpräsenz und Dichte ist an Wettkämpfen sogar höher. Die Betreuung ist teils individuell, teils in der Gruppe.

# Swiss Squash Fördergefässe - Adressen



<b>Nationale Zentren</b>	<b>Strasse</b>	<b>Plz</b>	<b>Ort</b>	<b>Tel</b>	<b>Verantwortliche Person</b>
· Swiss Squash	Sihltalstr. 63	8135	Langnau am Albis	043 377 70 00	Michael Müller / Marcel Schranz
· Nationaler Stützpunkt LU - Kriens	Schlundstrasse	6010	Kriens	041 311 25 22	Pascal Bruhin
· Nationaler Stützpunkt ZH - Uster	Hallenbadweg 2	8610	Uster	044 940 97 63	Florian Pössl
· Nationaler Stützpunkt ZH - Sihltal	Sihltalstr. 63	8135	Langnau am Albis	043 377 70 00	Michael Müller

<b>Regionale Zentren</b>	<b>Strasse</b>	<b>Plz</b>	<b>Ort</b>	<b>Tel</b>	<b>Verantwortliche Person</b>
· RLZ Lausanne - NW	Chemin du Chêne 7B	1020	Renens	+33 664 830 331	Steven Fialeix
· RLZ Grabs - Herren	Werdenweg	9472	Grabs	081 771 33 77	David Heath
· RLZ Kriens - NW & Elite	Schlundstrasse	6010	Kriens	079 248 14 41	Cedric Kuchen
· RLZ Langnau - NW & Elite	Sihltalstr. 63	8135	Langnau	043 377 70 03	Andreas Dietzsch, Diego Staub
· RLZ Liestal - Damen	Lausenerstr. 5	4410	Liestal	061 923 70 60	Beatrice Walser
· RLZ Schlieren - NW	Wiesenstr. 8	8952	Schlieren	044 738 20 20	John Williams
· RLZ Uster - NW & Elite	Hallenbadweg 2	8610	Uster	044 940 97 63	Oli Gutenberg
· RLZ Fricktal - Damen	Hallenbadweg 2	8610	Uster	079 333 60 57	Andrew Marshall
· RLZ Zürich - NW	August-Forel-Strasse 15	8008	Zürich	077 425 77 07	Anton Eggmann, Cindy Merlo
· RLZ Vaduz - NW & Elite	Fürst Franz Josef Strasse 19	9490	Vaduz	00423 232 96 86	Peter Maier, Patrick Maier





# Swiss Squash Partnerschulen und Lehrbetriebe

## Ausbildungspartner

Sportschule Kriens

Frei's Schulen AG, Luzern - Lehrstelle + Sport

Kantonsschule Alpenquai Luzern - Sport- und Musikklasse

KuSs Zo, Kunst und Sportschule Zürcher Oberland, Uster

K+S Gymnasium Rämibüel, Zürich – Kunst- und Sportklasse

K+S Zürich - Kunst- und Sportklasse Zürich und Wädenswil

Institut Minerva Zürich, TALENTplus

Sportschule Liechtenstein, Schaan

Gymnasium Liestal - Matur-Sportklassen

InnoWood GmbH

## Förderzelle

NSP / RLZ LU

NSP / RLZ LU

NSP / RLZ LU

NSP / RLZ ZH

NSP / RLZ ZH

NSP / RLZ ZH

NSP / RLZ ZH

RLZ Grabs SG

RLZ Liestal BL

NSP / RLZ LU

## Center / Verein

Kriens

Kriens

Kriens

Uster

Uster / Langnau / Schlieren

Uster / Langnau / Schlieren

Uster / Langnau / Schlieren

Grabs

Liestal

Kriens

# Modell Arbeitseinsätze Trainer



SWISS SQUASH

## Nationaltrainer

Vorgesehene Arbeitstage Nationaltrainer:		Leistungssport	Nachwuchs	Ausbildung
<b>Coaching</b>	Delegationen ESF / WSF	25	74	
	Delegationen PSA / FISU	16		
<b>Training</b>	Lager und Weekends Nationalkader	6	14	
	Trainings im Nationalen Stützpunkt	30	30	
	Einzeltrainings Nationalkader	6	0	
	Dezentrale Einsätze und Repräsentation	6	6	
<b>Ausbildung</b>	Einsätze in Ausbildungskursen			8
	Persönliche Weiterbildung			4
Arbeitstage	225	89	124	12
Anstellungsprozente	100%	40%	55%	5%

## NSP- und Pooltrainer

Vorgesehene entschädigte Arbeitstage:		Leistungssport	Nachwuchs	Ausbildung
<b>Coaching</b>	Delegationen ESF / WSF		50	
	Delegationen PSA / FISU			
<b>Training</b>	Lager und Weekends Nationalkader	15	20	
	Trainings im Nationalen Stützpunkt*		30	
	Einzeltrainings Nationalkader	3		
	Dezentrale Einsätze und Repräsentation	2		
<b>Ausbildung</b>	Einsätze in Ausbildungskursen			4
	Persönliche Weiterbildung			
Arbeitstage	225	20	100	12
Anstellungsprozente	100%	9%	44%	5%

\* Trainings im Nationalen Stützpunkt:

Swiss Squash bezahlt den NSP 15-45 Trainingstage im Nachwuchsbereich  
 Finanziell bedeutet dies eine Unterstützung von CHF 5'000 bis 15'000  
 Die Unterstützung ist abhängig von den Stellenprozenten des Berufstrainers

**Um diese Unterstützung zu erhalten, müssen folgende Bedingungen erfüllt sein:**

- 1) Trainerausbildung mindestens Trainer Leistungssport mit Diplom
- 2) Traineranstellung von mind. 30% bei einer 100%-Lohnbasis von CHF 78'000