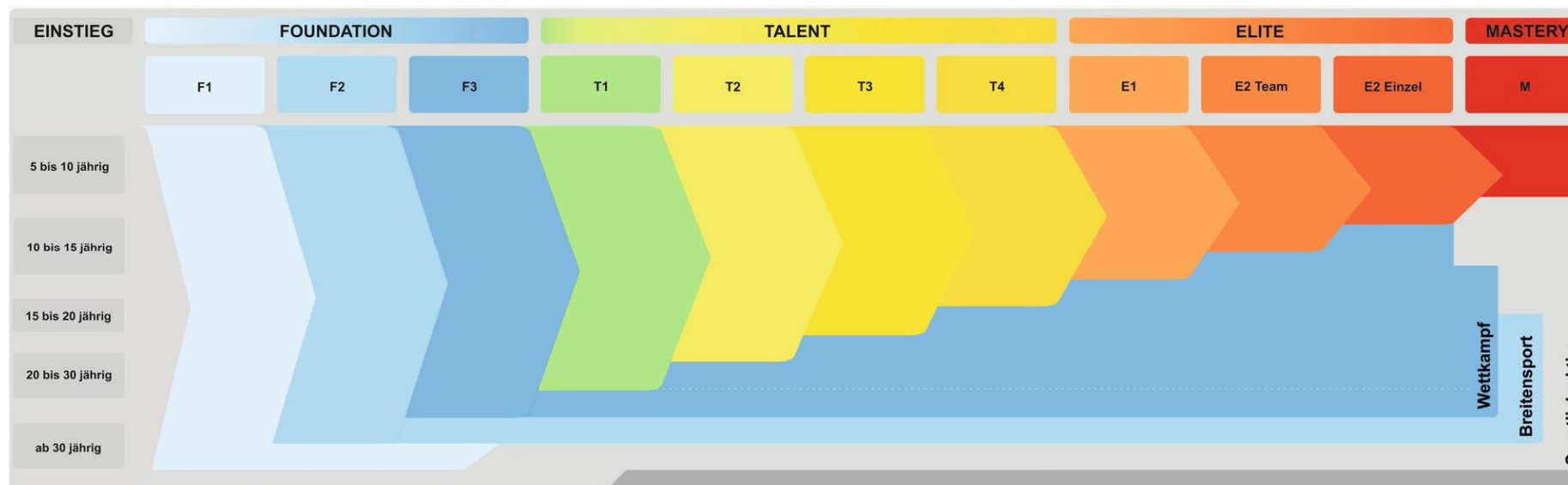


# FTEM Squash: Athleten- und Sportkarriereweg



SWISS SQUASH



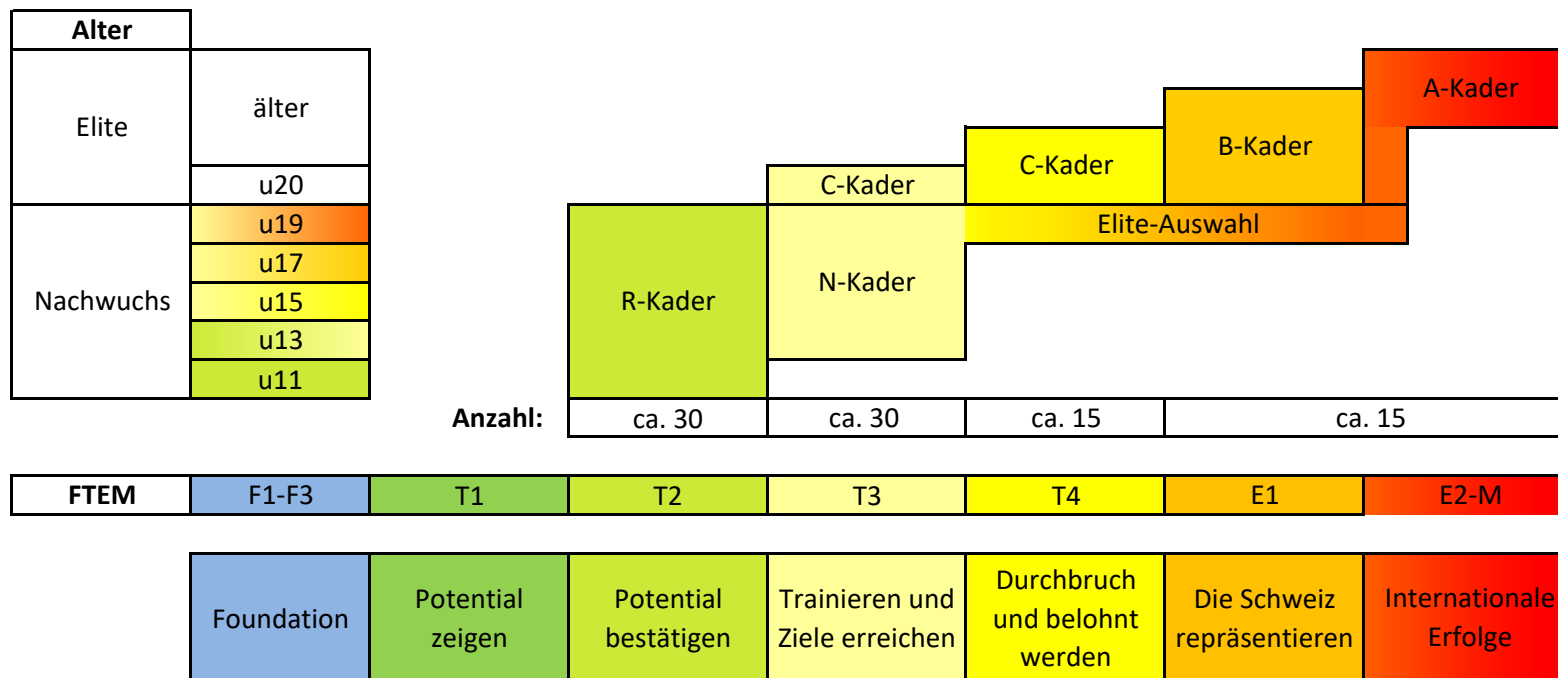
Der gesamte Squash Karriereweg orientiert sich am Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung FTEM Squash. Das J+S-Trainingshandbuch und das Swiss Squash Trainingshandbuch beschreiben für die jeweilige Phase sinnvolle Trainingsinhalte. FTEM Squash dient somit als Orientierungsgrundlage der Rahmentrainingsplanung, 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>	Chef Leistungssport Nachwuchsverantwortlicher Nationaltrainer Swiss Squash Pooltrainer Physiotherapeut		<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 Sportmedizin, sportmedizinisches Check-up - Marcel Schranz Physiotherapie - Martin Hauser 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 LU NSP ZH</b>	<b>Anforderungen</b>	<b>Trainer Leistungssport mit abgeschlossener Berufsprüfung und mind. 30%-Job</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>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>Schlieren Liestal Grabs Sihltal Uster Kriens Fricktal</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>
<b>Personen</b>	Je nach Region unterschiedlich		<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>Aufgaben</b>	regional orientiert	<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>	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 = J+S-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

# Trägerschaften - 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 NSP ZH</b>	<b>Anteil</b>	<b>ca. 25% der betreuten Aktivitäten</b>	<b>NSP</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>Schlieren Liestal Grabs Sihltal Uster Kriens Fricktal</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 (Elite oder 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		Finanziert durch: Swiss Squash, Swiss Olympic, J+S-NG4, Pool Partner, andere	Vergabeinstanz	Zentralvorstand (ZV) Swiss Squash	Qualifiziertes Personal
Selektion und Nomination	<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		Vergabe-Details	Dienstleistungsvereinbarungen mit bezahlten Aufgabenträgern Service-Level-Agreements mit Firmen  langfristig (i.d.R. 4 Jahre) jährlich kündbar (wenn wichtige Gründe vorliegen) Herbst 16, 20, 24 etc. Gültigkeitsjahr: normalerweise Januar - Dezember	
	<b>Kaderjahr / Talent Card Gültigkeit:</b> 1.11. - 31.10. <b>Selektionsprozesse:</b> 20.08. - 10.10. <b>Swiss Olympic (Talent) Cards</b> Meldung jeweils am 10.10. <b>Entscheide:</b> 2-4 Monate vor EM, WM			Dienstleistungsvereinbarungen mit bezahlten Aufgabenträgern Service-Level-Agreements mit Firmen  langfristig (i.d.R. 4 Jahre) jährlich kündbar (wenn wichtige Gründe vorliegen) Gültigkeitsjahr: normalerweise Januar - Dezember	
Termine		J+S-NG1, Swiss Olympic, Kantone, Swiss Los, andere	Vergabeinstanz	Zentralvorstand (ZV) Swiss Squash	NSP
		J+S-NG1, Vereine, Kantone, Swiss Los, andere	Vergabe-Details	Dienstleistungsvereinbarungen mit bezahlten Aufgabenträgern Service-Level-Agreements mit Firmen  langfristig (i.d.R. 4 Jahre) jährlich kündbar (wenn wichtige Gründe vorliegen) Gültigkeitsjahr: normalerweise Januar - Dezember	RLZ
			Vergabeinstanz	Verantwortliche Nachwuchs und Leistungssport	
Selektion	Je nach Region unterschiedlich	J+S-NG 1, Vereine, andere	Vergabe-Details	jährlich, jeweils per 1.1., Beschlussfassung jeweils im Oktober Gültigkeitsjahr: normalerweise Januar - Dezember	Vereine
Termine	regional orientiert		Vergabeinstanz	Keine Vergabe - alle Vereine mit J+S-Angeboten	

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

# Nationale und regionale Förderzellen - Trainings der Kaderathleten



Nationaler Stützpunkt LU
inkl. RLZ Kriens (Pilatus / Panthers / Pythons)
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%

Nationaler Stützpunkt ZH	
inkl. RLZ Uster (Uster)	inkl. RLZ Sihltal (Sihltal, Langnau a. A.)
Anlässe des Nationalkaders & Wettkämpfe	Anlässe des Nationalkaders & Wettkämpfe
Trainings im NSP - 50% - Trainer Florian Pössl	Trainings im NSP -50% - Trainer Michael Müller
Trainings im RLZ - 0-25% - Trainer Oli Gutenberg	Trainings im RLZ - 0-25% - Trainer Diego Staub
Trainings im Verein - 25% - diverse Trainer	Trainings im Verein - 25% - diverse Trainer
betreut 75% : unbetreut 25%	betreut 75% : unbetreut 25%

RLZ Schlieren (Vitis)
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%

RLZ Liestal (Carnivals)
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%

RLZ Grabs (Grabs)
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%

## Spezielles und Mankos:

RLZ Damen Frick (Fricktal)
Trainer Andrew Marshall

RLZ Romandie sowie Bern/Biel
Trainer Martin Andrew
Trainer Neil Wallace

RLZ Vaduz (NSP Liechtenstein)
Anlässe des Nationalkader & Wettkämpfe
Trainings im NLZ Liechtenstein - 75% - Peter Maier
keine Abrechnung via NG7, da LIE
betreut 75% : unbetreut 25%

# Wettkämpfe und deren Betreuung



## Betreuung an Wettkämpfen

Event	Beschreibung ESF Status	Coaching			Info/Beratung		
		NT / PT	RLZ	Verein	NT / PT	RLZ	Verein
Junior Opens	Super Series (alle)	ja			ja		
	Grand Prix	ja			ja	ja	
	Junior Open		ja	ja		ja	ja
CH-Turniere	Squash lt (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 ESF Status	Dauer		Spieldauer			Rückreise
		Tage	Anreise	Starttag	Mitteltage	Schlussstag	
Junior Opens	Super Series (alle)	4 (5)	3 - 10 h	4 - 6 h	12 - 14 h	6 - 7 h	3 - 10 h
	Grand Prix + LIE JO	3 (4)	3 - 10 h	4 - 6 h	12 - 14 h	6 - 7 h	3 - 10 h
	Junior Open	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 lt (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>	<b>70</b>	<b>250</b>	<b>155</b>	<b>20</b>	<b>130</b>	<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>	<b>50</b>	<b>175</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>125</b>	<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>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		
<b>Trainer ganzer Tag</b>		<b>260</b>					

## 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



SWISS SQUASH

<b>Nationale Zentren</b>	<b>Strasse</b>	<b>Plz</b>	<b>Ort</b>	<b>Tel</b>	<b>Verantwortliche Person</b>
· Swiss Squash	Sihlthalstr. 63	8135	Langnau am Albis	043 377 70 00	Michael Müller / Marcel Schranz
· Nationaler Stützpunkt LU	Schlundstrasse	6010	Kriens	041 311 25 22	Pascal Bruhin
· Nationaler Stützpunkt ZH	Hallenbadweg 2	8610	Uster	044 940 97 63	Florian Pössl
	Sihlthalstr. 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 Grabs	Werdenweg	9472	Grabs	081 771 33 77	David Heath
· RLZ Kriens	Schlundstrasse	6010	Kriens	079 248 14 41	Cedric Kuchen
· RLZ Langnau	Sihlthalstr. 63	8135	Langnau	043 377 70 03	Diego Staub
· RLZ Liestal	Lausenerstr. 5	4410	Liestal	061 923 70 60	Beatrice Walser
· RLZ Schlieren	Wiesenstr. 8	8952	Schlieren	044 738 20 20	John Williams
· RLZ Uster	Hallenbadweg 2	8610	Uster	044 940 97 63	Oli Gutenberg
· RLZ Fricktal	Hallenbadweg 2	8610	Uster	079 333 60 57	Andrew Marshall
· RLZ Vaduz	Fürst Franz Josef Strasse	9490	Vaduz	00423 232 96 86	Peter Maier





# Swiss Squash Partnerschulen und Lehrbetriebe

## Ausbildungspartner

Sportschule Kriens

Frei@ 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

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

RLZ Grabs SG

RLZ Liestal BL

NSP / RLZ LU

## Center / Verein

Kriens

Kriens

Kriens

Uster

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 Stellenprozentzen des Berufstrainers

**Um das Label NSP zu erhalten, müssen folgende Bedingungen erfüllt sein:**

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