



SWISS SQUASH

FTEM Squash

Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung





Allam British Open 2018 – Miguel Rodriguez (COL) vs Ali Farag (EGY)

Inhaltsverzeichnis

FTEM – Eine gemeinsame Grundlage.....	4
Die drei Hauptziele von FTEM Schweiz.....	5
FTEM Squash in Kürze.....	6
FTEM Squash im Detail.....	7
FTEM Squash als Grafik.....	8
Die Phasen mit ihren Besonderheiten	10
Foundation.....	13
Talent.....	17
Elite	23
Mastery.....	27
Verein, Training, Tests und Wettkämpfe.....	28
Eltern, Schule und Berufsbildung	29
Trainer, Schiedsrichter und Personal	30
Kritische Phasenübergänge.....	32
Menschen in der Sportart halten.....	34
Lebenslanges Sporttreiben.....	35
Glossar	36
Partner und Keyplayers	38
Literaturhinweise	39

FTEM – Eine gemeinsame Grundlage

Willkommen zu «FTEM Squash»; dem Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung der Sportart Squash. Anhand der Schlüsselbereiche Foundation (=Grundlagen), Talent, Elite und Mastery wird die Entwicklung eines Squashspielers* in 11 Phasen aufgezeigt. Der ideale Karriereweg läuft dabei in Richtung Weltspitze, während diverse andere Wege denkbar sind.

«FTEM Squash» 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 Squash» bringt diese Sprache in die Squashszene, damit Sportvereine, Centers, 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 von FTEM ist stets der Sportler. Die Ausrichtung der Sportförderung orientiert sich dabei an der jeweiligen Phase (z.B. Nachwuchstalent (T), Hobbyspieler (F2) oder Vollprofi (E2)).

**Einfachheitshalber wird im Dokument grundsätzlich die männliche Form verwendet. Gemeint sind jeweils die Damen und die Herren.*

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) und ermöglicht lebenslanges Sporttreiben
- berücksichtigt relevante Akteure in der Sportförderung wie Trainer, Athleten, Vereine 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

Die drei Hauptziele von FTEM Schweiz

FTEM Squash 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. Verbesserungspotential 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, Nachwuchssportler werden Nachwuchstrainer oder Breitensportler werden Wettkampfveranstalter.

FTEM Squash im Detail

Anhand von vier Schlüsselbereichen (Foundation, Talent, Elite, Mastery) werden in «FTEM Squash» 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 Talentdemonstration, -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: F1 - F3; T1 - T4, E1, E2 Team und E2 Einzel sowie M.

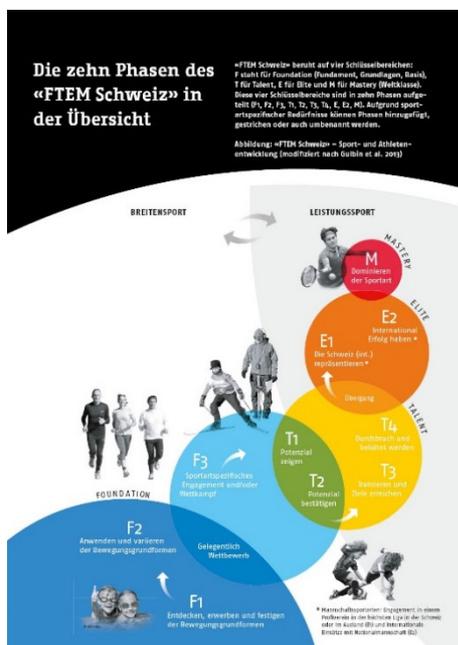
Die nachfolgende Beschreibung der elf Phasen in «FTEM Squash» bezieht sich auf einen Idealverlauf in der sportlichen Entwicklung eines Athleten auf dem Weg an die internationale Spitze. Vielfach erleben die Sportler nicht nur lineare Übergänge von Phase zu Phase. Das Erreichen aller Phasen entspricht 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 (Masters, Senioren-Meisterschaften) 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 9-12 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 Squash» 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 der grafischen Darstellung von FTEM Squash können beliebig Entwicklungswege eingezeichnet werden. Die einzelnen Phasen können unterschiedlich schnell (von links nach rechts) durchlaufen werden. Es kann sogar sein, dass man in eine frühere Phase zurückfällt. Der Einstieg als Kind in die Sportart Squash erfolgt in der Grafik ganz oben links.



FTEM Squash als Grafik



Das Modell FTEM Squash 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 Squash die Bereiche Wettkampf (F3), Breitensport (F2) unter dem idealen Karriereverlauf.

Zusätzlich zu den Bereichen Wettkampf und Breitensport wird in FTEM Squash auch die sportliche Aktivität ausserhalb der Sportart Squash dargestellt. Sogar die physische Inaktivität, welche durch FTEM Schweiz unbedingt vermieden werden will, wird in der Grafik zu FTEM Squash angedeutet. Solche Personen sollten zumindest als Funktionäre im Sport aktiv bleiben. FTEM Squash ermöglicht, grafisch unterschiedlichste «Squash-Biografien» mit einem Verlauf von links nach rechts einzuzeichnen.

Auf Altersangaben wird innerhalb der Phasen bewusst verzichtet. In FTEM Squash ist aber zu sehen, dass die Spitzensportkarriere mit ansteigendem Einstiegsalter unrealistischer wird. So wird der Weg meistens waagrecht durch das Modell führen, während der Weg von ambitionierten und talentierten Sportlern eher ansteigt und bei Drop-Outs sinkt. Das schlimmste Szenario ist der komplette Drop-Out nach unten rechts in die sportliche Inaktivität.



Die Grafik auf der folgenden Doppelseite gibt einen Überblick über ausgewählte Kriterien und charakteristische Eigenschaften der jeweiligen Phasen. Diese sind bezogen auf den idealen Karriereweg und somit ausgehend von einem jungem Einstiegsalter (ca. 5-10-jährig).

Die Phasen mit ihren Besonderheiten

Quelle: Poster FTEM Squash. Der Weg zum Weltmeister und Wissenswertes über Squash
Der Weg an die Spitze ist lang und herausfordernd...

	F1	F2	F3	T1	T2
Hauptkriterien	erwerben, festigen vielseitig	anwenden, variieren häufig spielen	Engagement Wettkämpfe spielen	Potential zeigen Teilnahme Testing Day	Potential bestätigen Talent Card Regional
Förderstrukturen & totale Trainingszeit	Try Squash Schulsport / J+S	J+S-Angebote 1-3 Std. / Woche	Verein / Center 2-4 Std. / Woche	Verein 4-10 Std. / Woche	Nationalkader R 6-12 Std. / Woche
Leistungs- einschätzung	Spieltests Kids und Greenhorn	Spieltests Greenhorn und Bronze	Spieltests Bronze und Silber	Spieltests Silber und Gold	Potential ca. PISTE Top 60
Wettkämpfe	keine Wettkämpfe	erstes Wetteifern 1. SQUASH IT (Minis)	erste Wettkämpfe SQUASH IT / Turniere	Länderkampf u11/13 1. Junioren SM	int. Juniorenturniere Turniere / Interclub

...das Spiel wird intensiver...

Wettkämpfe / Jahr & Spiele / Tag	keine 0	1 - 4 (eintägig) 4 - 7	5 - 9 (zweitägig) 2 - 3	10+ (zweitägig) 2 - 3	14+ (zwei- / dreitägig) 1 - 3
Dauer Spiel (Min) & Ballwechsel (Sek)	5 - 10 1 - 8	5 - 10 2 - 10	15 - 35 5 - 30	15 - 45 5 - 45	20 - 55 5 - 60
Physis & Psyche	Grundkoordination & Grundkondition lachen, lernen, leisten		squashspez. Kondition Engagement zeigen	tiefe Intensität Motivation spüren	mittlere Intensität Bestätigung erfahren

...und das Umfeld verändert sich.

Training	polysportive & sportartspezifische Trainings		im Verein	zusätzlich im regionalen Leistungszentrum (RLZ)	
Verantwortlicher Trainer	J+S-Leitende oder Vereinstrainer				RLZ-Trainer
Ausbildung	Volksschule				Eintritt Sportschule empfohlen
mögliche Probleme	keine Courts in der Nähe zum Wohnort	kein Verein in der Nähe zum Wohnort	mangelnde Leiter- / Trainerqualität	wenig Unterstützung (Eltern und Umfeld)	Ausbildung & Sport Finanzen
Finanzen + (CHF / Jahr) -	keine Einnahmen durch den Sport (Sponsoring, Preisgeld, Antrittsgeld) Auslagen für den Sport belaufen sich auf ca. 500-1'000			0 bis 500 1'000 bis 2'000	0 bis 1'000 2'000 bis 5'000

In allen Phasen benötigt es qualifiziertes Personal

Trainer-Ausbildung	J+S-Grundausbildung Leiterkurs (5-6 Tage)	J+S-Weiterbildung 1 (WB1, 8 Tage)	J+S-WB2: Gute Spieler (4 Tage)	J+S-WB2: Einführung Leistungssport (3-6)	Swiss Squash Praktikum
Meilensteine in Trainerkarriere	J+S-Leiteranerkennung mit diversen Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten (WB) evtl. Vorbildung (zum Beispiel 1418coach oder Leiter in anderen Sportarten)				Anerkennung als Swiss Squash Trainer
nötige Schieds- richterkenntnisse	Aneignung von Grundkenntnissen - selbständig und im Verein (Spielregeln, Zählweise, Let-Situationen)			Ausbildung zum Schiedsrichter Swiss Squash (Aufgaben, Rechte, Pflichten, Regeln, Rufe)	
Funktionen bei Swiss Squash	Verantwortlicher Breitensport	Verantwortlicher J+S-Ausbildung	Chef Wettkampf, SQUASH IT Organisator	Chef Nachwuchs, J+S-Experten	Chef Ausbildung, Chef Schiedsrichter

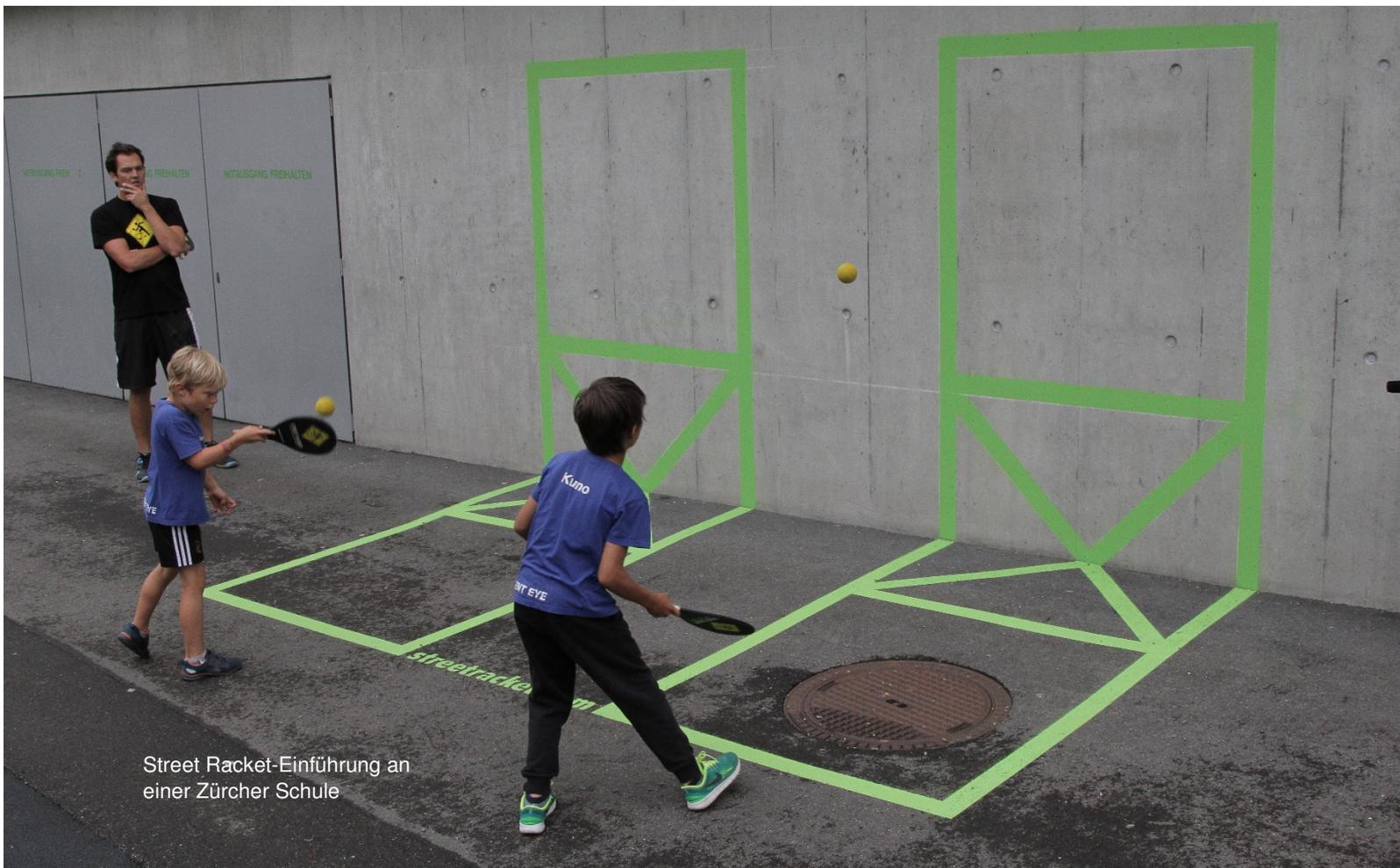
T3 Ziele erreichen Talent Card National	T4 Erfolg an EM u19 CH Top 25 He / 15 Da	E1 EM- / WM-Kader CH Top 10 He / 8 Da	E2 Team Top 6 Team EM PSA Top 100 / 60 Da	E2 Einzel Top 6 Einzel EM Top 8 Einzel WM	M Weltmeister und über Jahre an Weltspitze
Nationalkader N 14-20 Std. / Woche	+ Elite-Auswahl C 16-22 Std. / Woche	Nationalkader B 18-30 Std. / Woche	Nationalkader A Die Arbeit als Squashprofi ist ein 100%-Job und muss gut geplant sein		
Potential ca. PISTE Top 30	Resultate & Rangliste Talent Card National	Nationale Rangliste Elite Card	Internationale Resultate auf Profi-Tour (PSA) und Erfolge an EM / WM Swiss Olympic Card Elite, Bronze, Silber oder Gold		
Super Series Turniere EM u15/17, Elite SM	EM u19 / WM u19 Elite SM / NLA	Elite Team EM / WM NLA & ausländ. Ligen	zusätzlich aktiv auf der PSA-Tour	zusätzlich PSA World Open (Einzel-WM) evtl. PSA World Tour Final	
16+ (zwei- / viertägig) 1 - 3	20+ (zwei- / viertägig) 1 - 2	15+ (zwei- / fünftägig) 1	Ein Profi spielt während gut 9 Monaten ca. 12-18 Turniere. Dazu kommen nationale Wettkämpfe, Ligaspiele und Meisterschaften		
25 - 70 5 - 90	30 - 80 5 - 120	40 - 90 5 - 120	Die Spieldauer verändert sich nicht mehr gross, allerdings werden die Spiele intensiver. Damenspiele sind oft deutlich kürzer		
hohe Intensität Commitment festigen	sehr hohe Intensität Erfolge verarbeiten	Schwächen stärken unter Druck bestehen	Ein Profi muss in langen Spielen schnell bleiben und sich in kürzester Zeit erholen können. Die Mental-taktische Kompetenz entscheidet Spiele		
zusätzlich im nationalen Stützpunkt (NSP)	zusätzlich Spitzensportförderung in der Armee	evtl. zeitweise im Ausland / Profi-Stützpunkt			
NSP-Trainer	Nationaltrainer			evtl. Privattrainer	
Sport-Sek / -Gymi sehr empfohlen	Sport-Lehre / -Gymi sehr empfohlen	Halbprofi / Profi	Profi-Sportler		
Finanzen, Eltern, evtl. Wohnort	Finanzen, evtl. Militär	Leben als Profi organisieren	stetig unterwegs, Karriere finanzieren	Gesundheit, Nach- Karriere-Planung	Umgang mit Medien, Erfolg etc.
0 bis 2'500 3'000 bis 10'000	0 bis 5'000 5'000 bis 15'000	0 bis 10'000 10'000 bis 20'000	10'000 bis 25'000 20'000 bis 40'000	50'000 bis 150'000 25'000 bis 50'000	Squashmillionär
Trainerbildung Schweiz: Ausbildung Trainer/in Leistungssport mit eidg. Berufsprüfung	Trainerbildung: Ausbildung Trainer/in Spitzen- sport mit eidg. Diplom (höhere Fachprüfung)	WSF Coaching Conference u.a.	evtl. weiterführende Ausbildungen		
Vertrag als Swiss Squash Pooltrainer	Berufsanerkennung Trainer Leistungssport	Vertrag Swiss Squash NSP-Trainer	Eidg. Diplom Trainer Spitzensport	Nationaltrainer Swiss Squash	z.B. Chef Leistungs- sport oder Nachwuchs
Ausbildung zum nationalen Schiedsrichter (Spiel-/ Spieler-Management, Vertiefung)	Ausbildung zum internationalen World Squash Schiedsrichter (Competency Based Training & Assessment Programme for WSF Referees)				
Coach Developer, Pooltrainer	Chef Fundraising, PSA Koordinator	Chef Leistungssport, Nationaltrainer	Spezialisten in den Bereichen Gesundheit, Physiotherapie, Ernährung, Psyche, Finanzen, Strategie, Management und weitere		

FOUNDATION

F1
erwerben, festigen
vielseitig bewegen

F2
anwenden, variieren
häufig spielen

F3
Engagement
Wettkämpfe spielen



Street Racket-Einführung an
einer Zürcher Schule

Foundation

Der erste Schlüsselbereich Foundation beschreibt den Einstieg in den sportlichen Lebenslauf. Hier gemachte Erfahrungen bilden die Grundlage für jede Art von Teilnahme am Squashsport oder an anderen Rückschlagspielen, sei es im Breiten- oder im Leistungssport. Es gilt, die Voraussetzungen für das Sporttreiben zu schaffen, indem der Erwerb einer breiten und vielseitigen Basis an motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten und vor allem die Bewegungsfreude im Mittelpunkt stehen. Damit wird einerseits ein optimaler Einstieg in die Sportart Squash ermöglicht und andererseits wird die Grundlage für ein freudvolles Bewegen bis hin zum Erwachsenenalter gelegt. Das Augenmerk bei Kindern liegt zunächst auf dem Entdecken der Rückschlagspiele und dem Erwerben und Festigen von Bewegungs-Grundformen wie Werfen, Fangen, Laufen, Springen und anderen. Im Anschluss daran werden die Bewegungen erweitert, angewendet und variiert. Es kommt zu einem ersten Wetteifern (F2). Ab der Phase F3 beginnt das sportartspezifische Engagement im organisierten Breiten- oder Leistungssport, das meistens in einem Sportverein stattfindet.

F1 – Squash entdecken. Erwerben und festigen der Bewegungsgrundformen

Die Sportart Squash und andere Rückschlagspiele werden entdeckt und erstmals gespielt. Während Kleinkinder sich in werfen und fangen üben, können 5-jährige durchaus bereits mit Racket und Ball erste Schlagversuche machen. Ab sofort kann die Grundtechnik des Schlagens erworben und mit diversen Spielformen gefestigt werden.

Detaillierte Inhalte zu spielerischen Übungsideen und spassigen Spielformen sind in den J+S-Lehrunterlagen und vor allem im J+S-Trainingshandbuch zu finden. Weiterführende Informationen zum Kindersport sind auch im Swiss Squash Kindersportkonzept zu finden.

Eine geeignete Form für den Einstieg in die Rückschlagspiele bietet Street Racket, eine innovative Form, welche die Rückschlagspiele pausenplatztauglich macht. Einen perfekten Einstieg bietet der Schulsport oder J+S-Kindersportkurse Rückschlagspiele. Das Schulprojekt Try Squash bringt die Sportart Squash für eine erste Lektion in die Turnhalle und ermöglicht es, in einer zweiten Lektion bereits richtig viel Squash zu spielen.

VIELSEITIG BEWEGEN, entdecken, erwerben, festigen

- Schulprojekt Try Squash
- Schulsport
- J+S-Kindersportkurse Rückschlagspiele oder Squash
- Spieltests Kids und Greenhorn
- Street Racket oder freies Ausüben von Rückschlagspielen
- Sportaktivitäten jeglicher Art

F2 – Anwenden und variieren der Bewegungsgrundformen

In Squashkursen für Kinder und Erwachsene können die Bewegungsgrundformen des Squashsports angewendet, verfeinert und variiert werden. Durch regelmässiges Spielen kann die Spielkompetenz und die Grundkoordination verbessert werden. Kurse werden idealerweise von ausgebildeten J+S-Leitern geleitet. Die Squashcenter und Vereine der Region geben gerne Auskunft über Kursmöglichkeiten.

In dieser Phase kommt es oft zu einem ersten Wetteifern: Gegeneinander spielen und Punkte zählen benötigt ein genaueres Kennenlernen der Regeln. Eventuell gibt es Teilnahmen an einem Plauschturnier oder in der Kinderkategorie «Minis» an der Juniorenturnierserie Squash !T unter dem Motto «lachen, lernen, leisten».

HÄUFIG SPIELEN, anwenden, variieren

- J+S-Kindersportkurse Rückschlagspiele oder Squash
- J+S-Angebote Squash (Kurse, Trainings, Lager)
- Spieltests Greenhorn und Bronze
- Rückschlagspiele und regelmässiges freies Squashspiel
- Erste Wetteifern (Erste Teilnahmen an SQUASH !T Minis oder Plauschturnieren)



F3 – Sportartspezifisches Engagement und/oder Wettkampf

Die Sporttreibenden engagieren sich nun deutlich sportartspezifisch. Im Vereinstraining verbessern sie ihre Grundkondition und arbeiten zielorientiert. Die Ziele können sporadisch oder regelmässig an Wettkämpfen überprüft werden. Die Planung des Trainings gewinnt an Bedeutung. Kinder betreiben oft noch parallel eine Zweitsportart.

J+S-Leiter lernen in den Weiterbildungskursen «Fortgeschrittene und gute Spieler unterrichten» alters- und stufengerechte Trainingsideen kennen. Weitere Ideen findet man im Internet.

ENGAGEMENT, meist in Kombination mit WETTKAMPF

- J+S-Kindersportkurse Rückschlagspiele oder Squash
- J+S-Angebote Squash (Kurse, Trainings, Lager, Wettkämpfe)
- Spieltests Bronze und Silber
- regelmässiges freies Squashspiel und geführtes Training
- Teilnahme an Wettkämpfen: SQUASH IT, Plauschturniere, Interclub, Turniere



TALENT

T1
Potential zeigen
Teilnahme Testing Day

T2
Potential bestätigen
Talent Card Regional

T3
Trainieren und
Ziele erreichen
Talent Card National

T4
Erfolg an JEM
Top 25 He / 15 Da

David Bernet (SUI) mit Karim Abdel Gawad (EGY) an den Junior Clinics im Rahmen des GC Cup 2017



Talent

Die vier Phasen des Schlüsselbereichs Talent repräsentieren den Entwicklungsprozess eines als Talent identifizierten Squashspielers. Dabei werden bei der Talentdefinition sowohl Leistungsdispositionen (physisch und psychisch) als auch Umweltfaktoren (Trainer, Schule, Eltern, Wohnort etc.) berücksichtigt. Der Entwicklungsprozess eines Talents verläuft individuell und ist durch Phasen der Talentsuche, Talentselektion und Talentförderung gekennzeichnet.

Sportler müssen zunächst eine Möglichkeit haben, ihr Potenzial für spätere Höchstleistungen aufgrund vorgegebener und sportartspezifischer Kriterien zu zeigen (T1), bevor sie ihre Fähigkeiten bestätigen können (T2). Dabei verpflichten sich die Sportler zur Erreichung von Leistungszielen. Damit sind oft ein grösseres Engagement und ein höheres Trainingsvolumen verbunden (T3). Den Besten gelingt schliesslich der Durchbruch an die nationale Spitze (T4). In allen vier Phasen sind gut funktionierende Förderstrukturen notwendig.

T1 – Potenzial zeigen

Nachwuchstalente im Squashsport werden aufgrund ihrer besonderen Fähigkeiten und Fertigkeiten erkannt, die sie im physischen und psychischen Bereich zeigen. Aber auch weitere Faktoren geben Aufschluss über ihr Potenzial. In der Phase T1 findet daher eine erste Talentsuche und -auswahl statt. Die Junioren agieren in dieser Phase häufig motiviert und beginnen, sich eigene Ziele zu setzen.

Um den Schritt ins Junioren-Nationalkader zu schaffen, nehmen die Junioren am Testing Day teil. Die Talentbeurteilung erfolgt über das Bewertungssystem PISTE (Talentdiagnostik-Tool).

TESTING DAY TEILNAHME, Potential zeigen

- Testing Day (Potentialbeurteilung)
- Teilnahme an Trainings in den regionalen Leistungszentren möglich
- J+S-Angebote Squash (Kurse, Trainings, Lager, Wettkämpfe)
- Spieltests Silber und Gold
- Teilnahme an Wettkämpfen (Junioren an der Schweizer Junioren Meisterschaft)
- Bei Nomination Teilnahme am internationalen Ländervergleichskampf u11/13

T2 – Potenzial bestätigen

Als förderungswürdig erkannte Squashsportler (PISTE TOP 60) werden ins Junioren-Nationalkader selektioniert und erhalten die Swiss Olympic Talent Card Regional. Sie absolvieren das Trainings- und Wettkampfprogramm möglichst anhand der Planung von Swiss Squash. Die Athleten durchlaufen in der Phase T2 eine Beobachtungsphase, in der sie ihre sportartspezifischen Lernfähigkeiten, ihr Engagement, ihre Motivation, ihre Trainierbarkeit, ihre spezifischen mentalen Eigenschaften und ihre Selbstverantwortung unter Beweis stellen sollen. Das Ziel ist es, das bei T1 gezeigte Entwicklungspotenzial zu bestätigen. Die Talentüberprüfung und -selektion erfolgt über sportartspezifische Beurteilungskriterien von Swiss Squash (Potentialbeurteilungs-Tool «PISTE»).

TALENT CARD REGIONAL, Potential bestätigen

- Testing Day (Potentialbeurteilung, ca. Top 60 PISTE)
- Junioren-Nationalkader mit Talent Card Regional (R-Kader)
- Training im Verein und in einem regionalen Leistungszentrum
- Teilnahme an Trainings im nationalen Stützpunkt möglich
- Spieltests Gold und Star
- Teilnahme an nationalen und internationalen Wettkämpfen



T3 – Trainieren und Ziele erreichen

Mit der Verbesserung in die PISTE Top 30 wird die Talent Card National ausgelöst und ein Junior als besonders förderungswürdig erkannt. Talentierte Squashspieler streben Leistungsziele an (z. B. Teilnahme an nationalen und internationalen Meisterschaften). Wachsendes persönliches Engagement und ein gesteigertes Trainingsvolumen, um die Leistungsvorgaben und eigenen Ziele erreichen zu können, sind Merkmale dieser Phase.

Die ambitionierten Squashspieler gehören auf nationaler Ebene zu den Besten, können auf internationalem Niveau antreten und bestreiten teilweise gar internationale Meisterschaften. Das Commitment für eine mögliche Leistungssport-Karriere wird entwickelt. Sportfreundliche Schulen und Lehrbetriebe müssen viel Zeit fürs individuelle Sportprogramm zulassen.

TALENT CARD NATIONAL (ca. PISTE Top 30), Ziele erreichen

- Rahmentrainingsplanung: Stark erhöhter Trainingsaufwand
- Nationalkader mit Talent Card National (N-Kader), ev. Elite Auswahlkader
- Training im Verein, in regionalen und in nationalen Zentren
- Teilnahme an Super Series Wettkämpfen sowie bei Nomination an der EM u15/17
- Sport-Sek, Sport-Gymnasium oder sportfreundliche Lehrstelle



T4 – Durchbruch und belohnt werden

Die Squashspieler erzielen den Durchbruch auf nationaler Ebene und gehören zur Schweizer Spitze. Sie werden intensiv betreut und für ihre Leistungen belohnt, beispielsweise mit einer Selektion ins Elitekader oder internationalen Erfolgen bei den Einzel-Europameisterschaften der Junioren. In der Phase T4 lernen die Athleten, Erfolge zu verarbeiten und zu reflektieren.

CH TOP 25 HERREN / 15 DAMEN, Erfolg an JEM

- Schweizermeisterschaften & Interclub NLA
- Nationalkader mit Talent Card National (ev. bereits Elite Card)
- Teilnahme an nationalen und internationalen Wettkämpfen
- erfolgreiche Teilnahme an Junioren EM und WM, erste Profiturniere (PSA)
- Sport-Gymnasium oder sportfreundliche Lehrstelle
- Karriereplanung (Profitum, Spitzensportförderung der Armee, Fundraising)



Übergang und Kaderstruktur

Da der Nachwuchs international in die Kategorien u13, u15, u17 und u19 eingeteilt wird, erfolgt mit dem 19. Geburtstag der Übergang in den Erwachsenen-Leistungssport, umgangssprachlich «Elite» genannt.

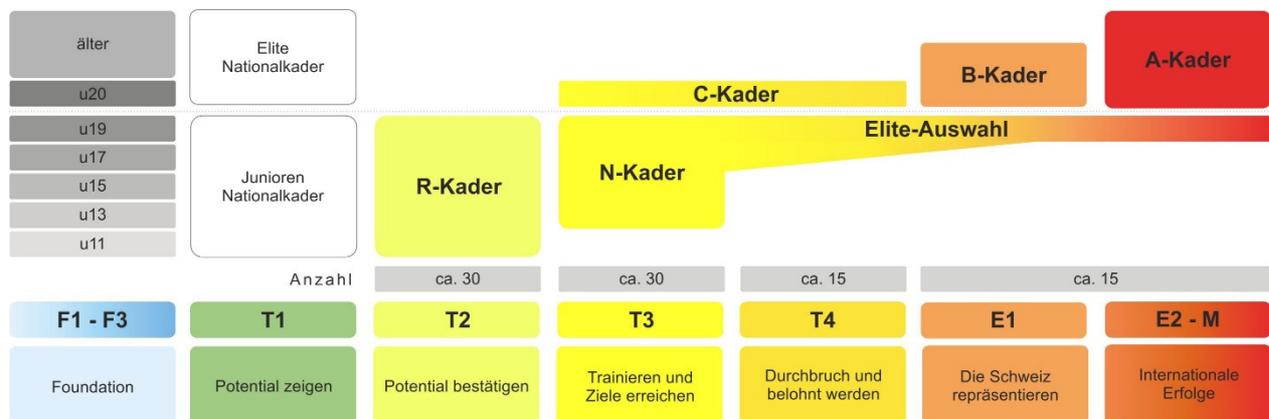
Swiss Olympic vergibt für Junioren bis 18-jährig die Talent Card (R oder N), während Elite-Kader-Athleten ab 19-jährig die Elite-Card auslösen.

Diese nach Alter definierten Übergänge stimmen nicht immer mit den FTEM-Phasen überein. So kann ein «Big Potential» mit 19 Jahren bereits mitten in den E-Phasen sein, womit der Übertritt in die «Elite» schon als Junior erfolgte. Für diese Big Potentials führt Swiss Squash innerhalb des Junioren Nationalkaders die Elite-Auswahl. Diese Athleten werden für ausgewählte Trainings- und Wettkampftaktivitäten des Elite-Nationalkaders eingeladen. Dies ist auch der Grund, warum das C-Kader auf dem idealen Weg gar nicht durchlaufen wird.

Auf der anderen Seite gibt es Mitglieder im Elite-Kader (ca. 19-23-jährig), welche in der FTEM-Logik noch in der Phase T4 (oder sogar T3) hängen. Diese werden dem C-Kader zugeteilt und gelten als «Übergangssathleten».

Die Swiss Squash Kaderstruktur wird in FTEM-Logik also wie folgt aussehen:

Kaderstruktur gemäss FTEM



Anmerkungen:

Die aktuell gültige Kaderstruktur (2018/19) sieht anders aus. Die Zugehörigkeit zu der jeweiligen Kadergruppe (A, B, C und Elite-Auswahl) wird nach der Einführung des FTEM Squash Rahmenkonzepts an dieses angepasst werden. Der Bereich Leistungssport hat beschlossen, die Kaderstruktur im Jahr 2019 zu ändern (siehe Swiss Squash Förderstrukturen).

Während alle Nationalkaderathleten die Swiss Olympic Talent Card auslösen, gibt es die Möglichkeit, für gute Resultate an internationalen Meisterschaften die Bronze-, Silber- oder Gold-Card auszulösen.

ELITE

E1
EM-/WM-Kader
CH Top 10/8

E2 Team
Top 6 Team EM
PSA Top 100/60

E2 Einzel
Top 6 Einzel EM
Top 8 Einzel WM



World Series Finals 2018 Dubai – Mohamed ElShorbagy (EGY) vs. Ali Farag (EGY)

Elite

Eliteathleten bestreiten auf internationalem Niveau Wettkämpfe und repräsentieren dort Swiss Squash und die Schweiz. In der Regel sind sie im Erwachsenenalter und Mitglieder im Nationalkader der Elite (A- oder B-Kader) von Swiss Squash.

Durch die Teilnahme an internationalen Meisterschaften (EM, WM) und Profiturnieren (PSA) wird der Anschluss an die internationale Spitze gesucht. Die Zuteilung zu den Phasen basiert hauptsächlich auf den nationalen und internationalen Ranglisten sowie auf Erfolgen an EM und WM.

E1 – Die Schweiz repräsentieren

Die Athleten erreichen den Status eines nationalen Elitesportlers und werden für internationale Titelwettkämpfe auf der höchsten Stufe selektioniert (EM, WM). Durch ihre guten Leistungen werden die Athleten im nationalen Elite B-Kader geführt.

CH TOP 10 HERREN / 8 DAMEN, EM-/WM-Kader

- Nationalkader B, Swiss Olympic Elite Card
- NLA und ev. Ausländische Top-Ligen
- Teilnahme an Elite-Team-EM oder Elite-Team-WM
- Karriereplanung (Profitum oder Halbprofitum, Finanzierung)

El Gouna International 2018 – Grégory Gaultier (FRA) vs Miguel Rodriguez (COL)



E2 Team – International Erfolg haben im Team

Die Athleten erreichen an der Team-EM eine Top 6- Rangierung und sichern sich damit den Verbleib in der Division 1 Europas. Damit sich die SUISSE Teams in den Top 6 Europas behaupten und um die Medaillen mitspielen können, benötigt die Schweiz mindestens 4 Top 100 Herren bzw. 3 Top 60 Damen in der Weltrangliste. Diese Athleten, welche den Erfolg der SUISSE Teams massgeblich steuern, werden im nationalen A-Kader geführt. Meist sind sie finanziell noch schwach aufgestellt und stark von Sponsoren und ihrem Umfeld abhängig.

PSA TOP 100 HERREN / 60 DAMEN, Erfolg an Team EM

- Nationalkader A, Swiss Olympic Elite Card
- erfolgreiche Teilnahme an Elite-Team-EM (mind. Top 6) oder Team WM (Top 8)
- Karriereplanung (Vollprofi, Finanzierung, Nachkarriere-Optionen)



E2 Einzel – International Erfolg haben als Einzelsportler

Die Athleten erreichen an der Einzel-EM bzw. WM eine Top 6 bzw. Top 8-Rangierung und gehören damit mit dem bewiesenen Medaillenpotential zur Weltspitze. Üblicherweise sind Athleten der Phase E2 Einzel seit mehreren Jahren professionell auf der Tour und können sich ihren Lebensunterhalt durch die Sportart Squash finanzieren.

TOP 6 EM / 8 WM, Erfolg an Einzel EM oder WM

- Nationalkader A, Swiss Olympic Bronze, Silber oder Gold Card
- erfolgreiche Teilnahme an Elite EM oder WM (Einzel)
- Karriereplanung (gesundheitsrelevante Massnahmen, Nachkarriere-Optionen)



MASTERY

M

Weltmeister und über
Jahre an Weltspitze



US Open 2017 – Nicol David (MAS) vs. Nour El Tayeb (EGY)

Mastery

Wer mehrfach und über einen längeren Zeitraum an internationalen Meisterschaften (Europameisterschaften, Weltmeisterschaften) Medaillen gewinnt, zählt zu den Dominatoren einer Sportart und gehört damit in den Schlüsselbereich Mastery. Diese Athleten sind Ausnahmekönner und Aushängeschilder ihres Sports und der Schweiz.

M – Konstanter internationaler Erfolg

Die Athleten bestätigen ihre Erfolge über mehrere Jahre und dominieren die Sportart. Mastery ist somit der bestmögliche Status in einer erfolgreichen Sportkarriere. Nur wenige Athleten werden diesen Status jemals erreichen.

DOMINIEREN DER SPORTART

- mehrfacher Weltmeister
- über Jahre an der Weltspitze

Tournament of Champions 2018 – Ramy Ashour (EGY) vs. Mazen Hesham (EGY)



Verein, Training, Tests und Wettkämpfe

In den verschiedenen FTEM-Phasen verändert sich das sportliche Umfeld und der Fokus der Athleten. Es ist entscheidend, dass sich alle Akteure bewusst sind, in welcher Phase sie einwirken und was ihre Aufgabe ist (Rollenklärung).

Vereine und Stützpunkte

Gemäss FTEM Schweiz ist F3 die klassische Phase des Eintritts bzw. der Einbindung in einem Verein. Gemäss FTEM Squash ist der Verband bemüht, Kinder und Jugendliche bereits in F2 in den Verein zu bringen und dank attraktivem Programm zu halten und zu fördern.

Das Swiss Squash Sportförderkonzept sieht vor, dass Kaderjunioren zusätzlich im regionalen Leistungszentrum (RLZ) trainieren und in den nationalen Stützpunkten (NSP) gefördert werden. Auf dem idealen Weg trainiert ein Junior ab T1 zusätzlich in einem RLZ. Ab T2 ist der Besuch mindestens eines Trainings im RLZ obligatorisch und im NSP empfohlen. Ab T3 ist der Besuch mindestens eines Trainings im NSP obligatorisch.

Die Vereine spielen in der Entwicklung der Athleten eine grosse Rolle. Nur wenige Schweizer Vereine haben die Möglichkeit, Athleten bis in die Elite (E1) zu betreuen (siehe Swiss Squash Sportförderkonzept mit den Anhängen Förderstrukturen und Sportanlagen).

Training

In den verschiedenen FTEM-Phasen verändert sich das Training enorm. Der Fokus und die Trainingsinhalte müssen - unter Berücksichtigung des biologischen Alters - auf die Zielsetzungen der jeweiligen Phasen ausgerichtet sein. Die Umfänge steigen, die Intensität auch.

Es ist wichtig, dass in allen Phasen gut ausgebildete Trainer zur Verfügung stehen, welche sich an den Trainingsvorgaben von J+S und Swiss Squash orientieren. Das komplexe Anforderungsprofil der Sportart Squash setzt aber voraus, dass die Trainingsmassnahmen immer auf den individuellen Sportler angepasst werden (Siehe Swiss Squash Rahmentrainingsplanung und J+S-Trainingshandbuch Squash).

Tests und Wettkämpfe

Swiss Squash bietet auf die FTEM-Phasen abgestimmte Testformen und Wettkampfsysteme an.

Die Swiss Squash Spieltests sind für die Beurteilung der squashspezifischen Fähigkeiten und zur groben Zuteilung zu den Phasen F1 bis T2 sehr hilfreich.

Ab Stufe T1 wird das Potential und die Förderungswürdigkeit in Bezug auf eine mögliche Leistungssportkarriere anhand der Testing Day Resultate (PISTE) beurteilt. Ab der Phase T4 werden die nationale Rangliste und die Erfolge an internationalen Meisterschaften für die Phasenzuteilung beigezogen. Die nationalen und internationalen Wettkampfsysteme bieten ab F2 für alle FTEM-Phasen geeignete Strukturen (Siehe Swiss Squash Sportförderkonzept mit den Anhängen Spieltests und Wettkampfsysteme).

Eltern, Schule und Berufsbildung

Auch die Rolle und Aufgaben von Eltern und Ausbildungsstätten verändern sich mit fortschreitendem Athletenweg. Die verschiedenen FTEM-Phasen verlangen von Schulen, Lehrstellen und der Familie ein angepasstes, wohlwollendes und förderliches Verhalten für den Sport.

Eltern

Das private Umfeld eines Athleten ist enorm wichtig. Die Eltern beeinflussen mit ihrem Charakter und ihrem Verhalten den (sportlichen) Entwicklungsweg ihres Kindes entscheidend. Die Kommunikation zwischen Verband, Trainer und Eltern muss eine zentrale Rolle einnehmen. Die Gesamtbelastung der Jugendlichen, vor allem im Bereich Talent (T2-T4), muss gut geplant und neben Sport auch Raum für familiäre und soziale Aktivitäten lassen.

«Perfekte Eltern» unterstützen ihre Kinder moralisch, finanziell und im privaten sozialen Umfeld, während sie sich in sportlich relevanten Beurteilungen sowie Planung, Wettkampf-Feedback oder Training möglichst in Zurückhaltung üben.

Nicht zu unterschätzen ist die Unterstützung durch die Eltern im Erwachsenenalter. So sind Athleten in den Phasen E1 und E2 Team oft auf externe finanzielle Unterstützung angewiesen. Oft können die Eltern hier direkt helfen oder zumindest als «Management» beim Fundraising unterstützen (siehe www.sporteltern.zh.ch).

Schule und Berufsbildung

Im Schweizer Ausbildungssystem hat sich in den letzten Jahrzehnten viel getan. Heute sind Zweitausbildungen und Weiterbildungen im Erwachsenenalter leicht zugänglich. Zudem hat Swiss Olympic mit «sportfreundlichen Lehrstellen», «Sportschulen» und «Partner Schulen» die Rahmenbedingungen für Sport und Ausbildung massiv verbessert. Sogar Hochschulen und einige Universitäten versuchen, der kombinierten Ausbildung mehr Flexibilität einzuräumen (siehe www.squash.ch «Förderstrukturen» und www.swissolympic.ch «Schulangebote für Sporttalente»).



Trainer, Schiedsrichter und Personal

Die verschiedenen FTEM-Phasen verlangen für jede Phase stufengerecht ausgebildete Leiter und Trainer, welche für Planung, Training und Coaching die Athleten durch die einzelnen Phasen führen. Auch das Level der Schiedsrichter sollte mit steigendem Spielniveau besser werden. Die Sportart Squash, der Verband und seine Vereine benötigen in allen Phasen motivierte und kompetente Funktionäre, Helfer und Verantwortungsträger.

J+S-Leiterausbildung (www.jugendundsport.ch)

Für den Trainer im Bereich Foundation wird mindestens die abgeschlossene J+S-Leiterausbildung erwartet. Swiss Squash empfiehlt, die Angebote der J+S-Weiterbildung 1 und 2 zu besuchen, um sich für die Phasen F1-T1 die entsprechenden Kompetenzen anzueignen.

Neben der J+S-Leiterausbildung Squash im Jugendsport (Zielgruppe 10-20-Jährige), gibt es auch die Möglichkeit, die Ausbildung zum Kindersportleiter (Zielgruppe 5-10-Jährige) zu absolvieren, um Rückschlagspiele für Kinder zu unterrichten.

Wer mit Talenten der Phasen T1 - T2 arbeitet, sollte das J+S-Modul Leistungssport besuchen und die Anerkennung als Swiss Squash Trainer sichern. Der Einstieg in die Angebote der Trainerbildung Schweiz wird ein Thema.

Swiss Squash Trainer und Swiss Squash Pooltrainer (www.squash.ch)

Swiss Squash Trainer haben den J+S-Ausbildungsweg vollständig durchlaufen, und sich durch ihr Praktikum (Coaching, Organisation und Betreuung an internationalen Turnieren) beim Verband die Anerkennung «Swiss Squash Trainer» verdient. Ab dieser Stufe können sie eine Dienstleistungsvereinbarung als Swiss Squash Pooltrainer erhalten.

Berufs- und Diplomtrainerausbildung (www.ausbildungsplaner.ch)

Ab Stufe T3 verändert sich infolge der massiv grösseren Trainingsumfänge das Anforderungsprofil des Trainers stark. So arbeiten in den nationalen Stützpunkten ausgebildete Berufstrainer Leistungssport mit abgeschlossener Berufsprüfung.

Für die Betreuung von Leistungssportlern der Phasen E1 bis M werden zusätzlich zu den Berufstrainern diplomierte Trainer Spitzensport eingesetzt. Der Nationaltrainer sollte über diese Ausbildung verfügen.

Die Ausbildungen der Trainerbildung Schweiz werden von Swiss Squash begleitet und einem Coach Developer betreut. Beide Ausbildungen sind zeitintensiv und anspruchsvoll.

Betreuungslevel

Für alle Phasen gilt: Je besser ausgebildet der Trainer, desto erfolgsversprechender kann die Phase durchlaufen werden. So sollte ein diplomierter Trainer Spitzensport fähig sein, auch F3-Athleten zu trainieren. Für den durchschnittlichen J+S-Leiter wird es aber kaum möglich sein, einen Squashprofi in der Phase E2 kompetent genug zu betreuen.

Kritische Phasenübergänge

Sämtliche Phasen innerhalb von FTEM müssen ideal betreut werden. Auch den Übergängen zwischen den Phasen muss besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Sind es doch gerade die Phasenübergänge, falls sie nicht geschafft werden, welche bedingt durch Misserfolg eine erhöhte Drop-out Gefahr bringen. Die Feststellung, dass es nicht weiter geht und die Erkenntnis, dass die Einschätzung des eigenen Potentials eventuell falsch war, tut weh und muss verkraftet werden können.

Somit müssen die «Stehengebliebenen» besonders gut betreut werden. Sinnvollerweise werden ihnen alternative Optionen für Verantwortung in der Sportart schmackhaft gemacht.

An den folgenden Phasenübergängen sind spezifische Herausforderungen zu lösen:

Übergang von F2 zu F3: Zu wenig Squashspieler wechseln zum Wettkampf

Seit Jahren versucht Swiss Squash, möglichst viele ungebunden Sporttreibende näher an den Verband zu bringen. Insbesondere im Nachwuchsbereich ist dies enorm wichtig: Mit grösserer Gesamtanzahl Sporttreibender steigt bei qualitativ guter Arbeit automatisch auch die Leistungsdichte. Dies erhöht die Chance für Einzelne auf Erfolg.

Übergang von F3 zu T1: Zu geringe Unterstützung durch gewisse Vereine und Eltern

Nicht alle Vereine bringen ihre Junioren an die Wettkämpfe. Anstatt an SQUASH IT-Turnieren teilzunehmen, wird auf den überregionalen Wettkampf verzichtet. Einige Eltern wollen nicht, dass ihre Kinder am Wochenende Wettkämpfe bestreiten. Die Chance, dass diese Junioren Motivation schöpfen («ich will mehr») ist reduziert und es entstehen Kommunikationslücken. Talente werden deshalb eventuell gar nie erkannt.

Übergang von T1 zu T2: Finanzschwache Eltern können sich nicht organisieren

Ab T2 übersteigen die Kosten für Trainings- und Wettkampftätigkeiten die Möglichkeiten für einige Familien. So steigt das Budget auf einige Tausend Franken. Wahrscheinlich aus persönlichen Gründen geben sie sich selten zu erkennen und verpassen somit die Möglichkeit, von alternativen Finanzquellen (Stiftungen, Fonds, Juniors-Gönner) zu profitieren.

Übergang von T2 zu T3: Lösungen für Schule und leistungsorientierten Sport finden

Auch wenn das sportliche Potential und das Commitment vorhanden ist, klappt der Übertritt in die Phase T3 oft nur mit strukturellen Anpassungen. Die Wege zwischen Ausbildung, Sport und zu Hause werden länger und werden viel öfter beansprucht. Dieser Zeitaufwand muss minimiert und sinnvoll genutzt werden. Damit das Commitment gefestigt werden und der erhöhte Trainingsaufwand ohne Überbelastung erbracht werden kann, sind individuelle Lösungen oder besser eine Sportschule zwingend. Je nach Wohnort ist sogar über einen Umzug in die Nähe eines nationalen Stützpunktes zu diskutieren.

Übergang von T3 zu T4: Die Zeit nach der Ausbildung organisieren, Militärdienstpflicht

Talentierte Squashathleten, welche sich in Phase T3 gut organisiert hatten, sollte der Übergang in die Phase T4 eigentlich relativ einfach gelingen. Um dann aber die Phase T4 erfolgreich zu durchlaufen, muss sie schon vor dem Übertritt gut geplant worden sein.

Es gilt, die Finanzierung und die anstehende Profikarriere aufzugleisen. Die Option der Aufnahme in das Gefäß der Spitzensportförderung der Armee muss mit hoher Priorität verfolgt werden. Es wird empfohlen, sich für Sporthilfe-Patenschaften zu bewerben.

Die Aufklärung der Athleten und das Darlegen von Wegen in die Profikarriere sollen vom Verband prioritär behandelt werden.

Übergang von E1 zu E2: Finanzierung und Organisation der Profikarriere

Beim Übertritt von E1 zu E2 ist es zwingend nötig, in den professionellen Squashzirkus einzusteigen. Die Ausgaben sind hoch und können kaum von den Einnahmen als Profisportler gedeckt werden. Die Athleten sind also auf ein gut durchdachtes Finanzierungsmodell angewiesen. Beiträge von der Sporthilfe und anderen Stiftungen, EO-Entschädigungen der Armee, private Sponsoren und Entschädigungen für Liga-Spiele gilt es zu organisieren. Auch Darlehen, flexible Teilzeitjobs und das persönliche Umfeld sollen als Optionen in diesem Finanzierungsprozess geprüft werden. Zudem gibt es Möglichkeiten des Crowdfunding sowie des Sportmanagements.

Weitere kritische Veränderungen

Neben phasenspezifischen Herausforderungen, sind weitere Optionen denkbar, auf welche effizient reagiert werden muss. So ist beispielsweise der Eintritt in die Berufslehre (auch neben dem idealen Karriereweg) oft ein Grund, das persönliche Sport-Commitment zu reduzieren.

Veränderungen im persönlichen Umfeld (u.a. erste Partnerschaft, Trennung Eltern, Wegzug) oder Veränderungen im sportlichen Umfeld (Trainer, Verein, Center, Spezialisten) müssen analysiert und bestmöglich in die ganzheitliche Athletenplanung miteinbezogen werden.



Menschen in der Sportart halten

Wenn sich alle Akteure in der Squashszene als Teil eines Gesamtsystems verstehen, wird es vermehrt gelingen, Menschen lebenslang in der Sportart zu halten. Wettkampfspieler werden zum Beispiel nationale Schiedsrichter, Nachwuchsathleten allenfalls J+S-Leiter, Spitzenathleten werden Nachwuchstrainer oder Breitensportler werden Wettkampfveranstalter. Die Betätigungsfelder und mögliche Engagements in der Sportart Squash sind vielfältig.

Squash spielen

Swiss Squash und seine Partner möchten, dass möglichst viele Personen Squash spielen. Ob ungebunden als Center-Kunde oder Vereinsmitglied spielt dabei eine untergeordnete Rolle. Wettkampforientierte Breitensportler nehmen an Plauschturnieren oder Plauschligen teil. Die Organisation erfolgt meist durch Squashanlagen oder private Personen.

Wer intensiver Wettkämpfe bestreiten will, kann dies in jeder Altersklasse tun. Von der Kategorie Mini am SQUASH IT über nationale Lizenzturniere und Interclub bis zu den internationalen Seniorenturnieren (Masters Turniere) ist lebenslange Wettkampfteilnahme möglich.

Verantwortung übernehmen

Es sind unzählige Funktionen im Squashsport möglich. J+S-Leiter können Kinder und Jugendliche trainieren, Trainer bringen Talente und Elitesportler weiter und Spezialisten verhelfen Athleten zum Erfolg.

Spezialisten für Sporternährung, Sportmedizin, Physiotherapie und Sportpsychologie sind ebenso wichtig, wie Berater im beruflichen und sozialen Umfeld.

Ehrenamtliche verhelfen Sportvereinen und Sportanlässen zum Erfolg und einige schaffen es, ihr freiwilliges Engagement zur beruflichen Tätigkeit zu etablieren; beispielsweise als Eventorganisator, Centerleiter, Consultant oder Manager.

Swiss Squash Verbandsfunktionäre koordinieren und organisieren die Bereiche Ausbildung, Nachwuchs, Leistungssport, Wettkampf, Breitensport, Finanzen, PR/Marketing und Administration. Der Nationaltrainer und die Swiss Squash Pooltrainer führen und begleiten Delegationen, der PSA-Koordinator koordiniert PSA Turniere in der Schweiz und der SQUASH IT Organisator ist zuständig für die Juniorenturniere in der Deutschschweiz. Der Schiedsrichterverantwortliche koordiniert die Schiedsrichterausbildung und, zusammen mit der Geschäftsstelle, auch die Schiedsrichter-Einsätze an wichtigen Wettkämpfen.

Massnahmen für die kritischen Phasenübergänge einleiten

Drop-out-Gefährdete, v.a. an den kritischen Phasenübergängen, sollen systematisch erkannt und motiviert werden, eine Funktion in der Sportart zu übernehmen.

Lebenslanges Sporttreiben

Jede Sportart leistet ihren Beitrag, Personen zu lebenslangem Sporttreiben zu motivieren. Die gemachten positiven Erfahrungen im Sport 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.

Squash für jedermann

Obwohl der typische Squashspieler männlich und zwischen 30 und 40 Jahre alt ist, ist die Sportart auch für Kinder und Frauen bestens geeignet. Wird die Sportart seit Jahren sinnvoll und mit angepasster Intensität betrieben, ist sie auch für Senioren geeignet.

Typische Folgesportarten

Viele Squashspieler wechseln zwischen dem 40. und 50. Altersjahr aus den Phasen F2/F3 in eine andere Sportart. Häufig bleiben sie mit Badminton, Tennis oder Racketlon den Rückschlagspielen treu. Einige wechseln aber auch zu Golf und anderen Outdoor-Tätigkeiten.

Wiedereinstieg

Junge Erwachsene, welche früher mal Squash im Verein trainierten (F3), kehren später oftmals als ungebundene Sportler (F2) wieder zum Squashsport zurück; einige beginnen sogar eine erneute «Karriere» (F3 und weiter).

Verletzungsprophylaxe

Neben den wertvollen Erfahrungen, welche die Sportart Squash bescheren kann, ist es sehr wichtig, negative Ereignisse zu vermeiden. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, sich mit korrektem Verhalten vor, während und nach dem Squashspiel und ergänzenden Trainings fit zu halten, um die Verletzungsgefahr zu minimieren.

Eine gute allgemeine Fitness, ein stabiler Rumpf und eine adäquate Beweglichkeit im Hüft- und Schulterbereich ist von hoher Wichtigkeit und müssen entsprechend mittrainiert werden.

Ein aufwärmendes Einlaufen, welches sich in Richtung sportartspezifische dynamische Bewegungen entwickelt, ist genauso wichtig wie ein Auslaufen nach dem Spiel. Ergänzendes Beweglichkeitstraining, vor allem bei verkürzten Muskeln, ist zu empfehlen.

Letzten Endes ist auch das Material von grosser Wichtigkeit. Gutes Schuhwerk (Stabile Indoor Sportschuhe) sind zwingend und Schutzbrillen empfohlen (siehe Unfallprävention im Squash, Merkblatt bfu).

Glossar

BASPO	Bundesamt für Sport. Unterstützt Swiss Squash in der Ausbildung und im Kinder- und Nachwuchssport
bfu	Bundesamt für Unfallverhütung
Big Potential	Talent mit grosser Aussicht auf Erfolg
BTA	Berufstrainerausbildung der Trainerbildung Schweiz. Führt zum Berufsdiplom Trainer Leistungssport
CH	Confoederatio Helvetica, Schweiz
Coach	Der Coach berät, unterstützt und begleitet Athleten
Coach Developer	Der Coach Developer berät und unterstützt Trainerkandidaten
Da	Damen
Dropouts	Sport- oder Squashaussteiger
DTA	Diplomtrainerausbildung der Trainerbildung Schweiz. Führt zum eidgenössischen Diplom Trainer Spitzensport
E / Elite	FTEM Leistungssport-Bereich ab Phase E1 (altersunabhängig) Umgangssprachlich: Erwachsenen-Leistungssport (ab 19-j.)
EM	Europameisterschaft / en
ESF	European Squash Federation. Europäischer Squash Verband.
F / Foundation	FTEM Grundlagen-Bereich ab Einstieg bis Phase F3.
GP / GPs	Grand Prix. Zweithöchster ESF Juniorenturnier-Status
He	Herren
IC / Interclub	Team-Wettbewerb im Squash (Schweizer IC Meisterschaft)
JEM	Junioren Europameisterschaft / en
JO / Junior Open	ESF Juniorenturniere; Gleichzeitig auch deren kleinster Status.
JSM	Junioren Schweizer Meisterschaft /en
JWM	Junioren Weltmeisterschaft / en
J+S / Jugend+Sport	Sportförderprogramm des BASPO. Unterstützt Junioren-Aktivitäten und Verbände, v.a. finanziell und in der Ausbildung
J+S-WB1 / WB2	Weiterbildungsstufen 1 und 2 in der Leiterausbildung von J+S
M / Mastery	FTEM-Bereich: Anhaltender Erfolg und sportliche Dominanz
N	National. Oft gebraucht im Zusammenhang mit den Swiss Olympic Talent Cards und dem Junioren Nationalkader (T3+)
NLA	Nationalliga-A: Höchste Liga der Schweizer IC Meisterschaft
NSP	Nationaler Stützpunkt. Trainingsbasis der besten Athleten
FTEM Squash	

R	Regional. Oft gebraucht im Zusammenhang mit den Swiss Olympic Talent Cards und dem Junioren Nationalkader (T2)
RLZ	regionales Leistungszentrum. Trainingsbasis von Talenten (T)
SM	Schweizer Meisterschaft / en
Schweizer Sporthilfe	Stiftung, welche Schweizer Athleten finanziell unterstützt
Super Series	höchster ESF Juniorenturnier-Status
Swiss Olympic	Dachverband des Schweizer Sports. Unterstützt Swiss Squash beratend und finanziell. Koordiniert das Swiss Olympic Team.
PISTE	prognostische integrative systematische Trainer-Einschätzung. Selektionsinstrument, welches die Förderungswürdigkeit der Athleten beschreibt und in einer Rangliste ordnet.
PSA	Professional Squash Association
Racketlon	Ein Mehrkampf mit den Disziplinen Tischtennis, Badminton, Squash und Tennis
T / Talent	FTEM-Talent-Bereich. Person, bei der man vorausschauend und begründet annimmt, dass sie im Leistungssport eine hohe Leistungsfähigkeit erreichen und Erfolge im Elitebereich erzielen kann.
Trainer	Leitet Sportler taktisch, technisch und konditionell an
Try Squash	Schulprojekt, um neuen Squash-Nachwuchs zu gewinnen
WM	Weltmeisterschaften
WSF	World Squash oder World Squash Federation. Weltverband.

Allam British Open 2018 – Camille Serme (FRA) vs. Donna Urquhart (AUS)



Partner und Keyplayers

Sportpartner (privatrechtlich) und Mitglieder

Swiss Olympic

World Squash Federation, WSF

European Squash Federation, ESF

Professional Squash Association, PSA

Schweizer Sporthilfe

Swiss Squash Romandie

Kantonale Verbände

Verbände der Rückschlagspiele

Schweizer Squash Vereine

Schweizer Squash Anlagen

Squash Events mit der Plauschturnierserie Racket Trophy

Squash Community

Swisslos

Sportpartner (öffentlich-rechtlich)

Bundesamt für Sport BASPO, v.a. mit seinem Programm Jugend+Sport

Schweizer Armee: Gefäss Spitzensportförderung der Armee

Kantone und deren Sportämter

Gemeinden und deren Sportämter / Sportgremien

Weitere Partner und Keyplayers

Vertragspartner mit Service Level Agreements (SLA)

Pool Partner (Sponsoren)

Gönner

Mitarbeiter mit Dienstleistungsvereinbarung (DLV)

Ehrenamtliche

Athletenumfeld

Trainer, Coaches, Spezialisten

Eltern, Partner, Familie und Freunde

FTEM Squash

Literaturhinweise

Verwendete Literatur:

FTEM Schweiz. Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in der Schweiz.
Grandjean, N., Gulbin, J.P. & Bürgi, A. (2015). Bundesamt für Sport BASPO und Swiss Olympic.

FTEM Swiss Swimming Federation. Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung in den Schwimmsportarten.

Grandjean, N. (2017). Swiss Swimming Federation

Sport Schweiz 2014. Sportaktivität und Sportinteresse der Schweizer Bevölkerung

Lamprecht, M., Fischer A., Stamm H.P. (2014). Bundesamt für Sport BASPO.

Verwendete Webseiten:

www.swissolympic.ch

www.jugendundsport.ch

www.squash.ch

www.ausbildungsplaner.ch

www.wikipedia.ch

www.squashpics.com

www.streetracket.com

Weiterführende Literatur:

Poster FTEM Squash. Der Weg zum Weltmeister und Wissenswertes über Squash

Rahmentrainingsplanung Swiss Squash (www.squash.ch)

J+S-Trainingshandbuch (www.jugendundsport.ch)

Swiss Squash Sportförderkonzept mit Anhängen (www.squash.ch)

J+S-Lehrunterlagen (BASPO Shop, Abgabe an J+S-Leiterkurs)

Unfallprävention im Squash, Merkblatt bfu (www.jugendundsport.ch, www.bfu.ch)

Manual Talentidentifikation und -selektion (www.swissolympic.ch)

Weiterführende Dokumente zu allen Bereichen auf www.squash.ch

FTEM Squash

Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung im Squash

Michael Müller, Philipp Schaller

2018

Swiss Squash

Schweizerischer Squash Verband

Sihltalstrasse 63

8135 Langnau am Albis