swiss climbing
Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer

Planung 2012

“SAC Regionalzentrum Sportklettern Ostschweiz”

SAC
Regionalzentrum
Sportklettern
Ostschweiz

Datum: 11. Januar 2012

Inhaltsverzeichnis

Ziele 2012
- Vorstand
- Trainerteam

Funktionäre / Mitglieder
- SAC-Sektionen
- Vorstand
- Trainerteam Regionalkader
- Trainerteam Trainingsgruppen
- Weitere Funktionäre

Athletinnen / Athleten
- Elitekader
- Juniorenkader

Budget 2012

Anforderungsprofil
- Kader
- Nachwuchsathleten
- Commitments

Jahresplanung 2012
- Trainingskalender Elitekader
- Trainingskalender Juniorenkader

Nachwuchsförderung 2012

Trainingsgruppen 2012

Kletterwettkämpfe 2012

Ziele 2012

Vorstand

Strukturen
Aufnahme an der AV 2012 als Zweckverband in den SAC. Das Gesuch um Mitgliedschaft im ZKS (Zürcher Kantonalverband für Sport) ist gestellt.
Der Vorstand ist um eine Elternvertretung (U12 – U16), eine Athletenvertretung des Elitekaders, einen Koordinator für die Sportschulen sowie einen Koordinator für die Kletterwettkämpfe erweitert.

Personell
Die Arbeitsaufteilung der beiden Ämter Technische Leitung und TG-Verantwortlicher ist bis Ende 2012 klar geregelt.

Trainerteam

Anforderungsprofile und Selektionsrichtlinien der Trainingsgruppen und des Regionalkaders überarbeiten.

Elitekader (U18 & Elite)
Im 2012 werden ganzjährige Disziplinentrainings eingeführt, das heisst alle Disziplinen werden das ganze Jahr hindurch trainiert. Dies soll die Leistungsfähigkeit, aber auch die Flexibilität der Athletinnen und Athleten auf schnell wechselnde Wettkampfarten zu reagieren, erhöhen. Ein weiteres Ziel ist die Integration der der drei neuen Athleten sowie der drei Aufsteiger aus der U16.

Juniorenkader
Fördergruppe, U12, U14
Die Bezugspersonen der einzelnen Kategorien sind definiert, kommuniziert und intern getrennt. Die bewährte Struktur der kategorienübergreifenden Trainings wurde nur leicht angepasst. Damit erhoffen wir uns mehr oder zumindest gleichviele Podestplätze wie 2011 heimzubringen.

U16
Ziel ist es, dass sich die Athletinnen und Athleten, welche neu in der U16 sind, in den Top 10 etablieren können. Für die gestandenen U16 gilt es an den Schweizer Meisterschaften das gute Resultat von letzter Saison zu bestätigen. Teamintern gilt es ein harmonisches Team zu bilden, das einander hilft und sich gegenseitig im Training zu Höchstleistungen antreibt.

Trainingsgruppen
Im 2012 werden alle Athleten und Athletinnen, sowie Trainer und Trainerinnen mit neuer, einheitlicher Bekleidung ausgerüstet. Der Trainerpool ist auf dem neusten Stand.

Funktionäre / Mitglieder (Stand 01. Januar 2012)

Mitglieder

Sektion Am Albis	Sektion Bachtel	Sektion Baldern
Sektion Pfannenstiel	Sektion Rinsberg	Sektion Bodan
Sektion Uto	Sektion Winterthur	Sektion Thurgau

Vorstand

Präsidium	Andrea Langhart	Rinsberg
Technische Leitung	Stephan Meier	Rinsberg
Finanzen	Andy Hänggi	Rinsberg
Koordinator Sportschulen	Urs Stöcker	Uto (ab MV 2012)
Elternvertretung	Brigitte Köhler	Bachtel (ab MV 2012)
Athletenvertretung	Micha Schneeberger	Manegg (ab MV 2012)
Trainingsgruppen	Pascal Meier	Rinsberg
Aktuar	Thomas Jaggi	St. Gallen
Koordination Wettkämpfe	vakant	

Weitere Funktionäre

J+S-Coach	Stephan Meier	Rinsberg
Nachwuchsverantwortliche	Rachel Kernen	Rinsberg
Webmaster	Peter Huser	Uto
Buchhaltung	Markus Bärtschi	Säntis
Pressearbeit	Martin Rahn	Uto
1. Revisor	Bruno Angst	Rinsberg
2. Revisor	Franz Ochs	Winterthur

Trainerteam Regionalkader

Elitekader (U18, Elite)

Haupttrainer	Roland Seiz	J+S -Trainer	Rinsberg
Co-Trainerin	Rachel Kernen	TGK	Rinsberg

Juniorenkader (Fördergruppe (FG), U12, U14, U16)

Haupttrainerin FG, U12, U14	Alexandra Eyer	TGK	Uto
Co-Trainer U14	Luzian Scharfenberger	J + S-Trainer	Ticino
Haupttrainer U16	Alex Wydler	J + S-Trainer	Rinsberg
Co-Trainerin U16	Rachel Kernen	TGK	Rinsberg
Co-Trainerin U 12 - U16	Fabienne Bohnenblust	J + S-Trainerin	Uto
Nachwuchsverantwortliche	Rachel Kernen	TGK	Rinsberg

Trainerteam Trainingsgruppen

Montag	Klettern	Milandia / Greifensee	Luzian Scharfenberger
	Klettern	Gaswerk / Schlieren	Jeannine Delhey
Dienstag	Klettern	Block / Winterthur	Anne-Aylin Sigg
	Klettern	Block / Winterthur	Anne-Aylin Sigg
Freitag	Klettern	Gaswerk / Schlieren	Anita Kolar
	Bouldern	Minimum / Zürich	Tabea Schwab

Die Trainingsgruppenleiter/innen werden von ca. 10 weiteren Hilfstrainer/innen unterstützt.

Athleten / Athletinnen

(Stand 01. Januar 2012)

Vorname Name		Jahrgang	Wohnort	Sektion	Sportschule

Elitekader

Micha Schneeberger		1989	Kollbrun	Winterthur	
Miro Fischer		1993	Wetzikon	Bachtel	
Rebekka Stotz	NA	1992	Urdorf	Uto	X
Sarina Kürsteiner		1988	Sulzbach	Bachtel	
Jonas Fritsche	NA	1994	Hettlingen	Winterthur	X
Natalie Bärtschi	NA	1994	Andwil	Säntis	X
Tanja Lanz	NA	1994	Uitikon	Uto	X
Kevin Huser	NA	1995	Widen	Uto	X
Moritz Lütschg		1995	Mollis	Tödi	
Stephan Kläy		1995	Stäfa	Pfannenstiel	
Varin Buff		1995	Zürich	Uto	
Kevin Holdener		1996	Hinwil	Bachtel	X
Levin Baltensperger	NA	1996	Winkel	Rinsberg	
Marco Malinowski		1996	Reutlingen	Winterthur	
Sebastian Schweizer		1996	Steckborn	Bodan	

NA = Mitglied vom Swiss Climbing Team (Nationalmannschaft)

Juniorenkader

Andrea Kümin	NA	1997	Winkel	Rinsberg	
Annick Gebert		1997	Uster	Pfannenstiel	
Jara Späte	NA	1997	Wolfhausen	Bachtel	
Alina Ring	NA	1998	Winterberg	Winterthur	X
David Hunziker		1998	Zürich	Uto	
Kevin Köhler		1998	Wila	Bachtel	X
Shanu Buff	NA	1998	Zürich	Uto	
Stephanie Küenzli		1998	Ebnat-Kappel	Säntis	
Ladina Gebert		1999	Uster	Pfannenstiel	
Mischa Langhart		1999	Wangen	Rinsberg	
Severin Kähr		1999	Gockhausen	Pfannenstiel	X
Joris Verzin		2000	Uetikon am See	Pfannenstiel	
Katharina Tognon		2000	Langnau a. A.	Zimmerberg	
Kilian Blattner		2000	Zürich	Uto	
Lukas Rahn		2000	Bonstetten	Uto	
Marco Brandenberger		2000	Hombrechtikon	Pfannenstiel	
Sina Zimmermann		2000	Illnau	Uto	
Annalisa Tognon		2001	Langnau a. A.	Zimmerberg	
Charlotte Kähr		2001	Gockhausen	Pfannenstiel	
Lara Pais		2001	Rottenschwil	Uto	

Annika Egger	2002	Wila	Bachtel
Livio Baltensperger	2002	Winkel	Rinsberg
Marco Weiss	2002	Illnau	Baldern
Michel Erni	2002	Affoltern a.A.	Uto
Köhler Anja	2004	Wila	Bachtel

Budget 2012

	Rechnung 2011	Budget 2012
Aufwand		
Löhne Kader - Trainerteam	44‘531.00	50‘000.00
Sozialleistungen Trainerteam	15‘348.55	17‘000.00
Löhne TG- Trainerteam	9‘741.01	9’500.00
Spesen Trainerteam (Kader & TG)	5‘921.85	6‘000.00
Aus - & Weiterbildungskosten	1‘080.40	1‘000.00
Startgelder Wettkämpfe	4‘679.50	4‘500.00
Regionalkader	475.30	500.00
Material Kader (50.- / Athlet)	-----	2‘100.00
Trainingsgruppen (Plakat)	411.00	500.00
Lager (Kader & TG)	9‘302.82	9‘000.00
Nachwuchs (Talent Projekte)	2‘119.69	2‘000.00
Soziale Unterstützung	360.00	1‘000.00
Porti	661.70	650.00
Material (Bekleidung, Seile, ...)	1‘808.85	7‘500.00
Bank- und Postspesen	114.39	100.00
Lizenzgebühren (Mitgliederdatenbank)	1‘076.30	1‘000.00
Diverses (Kopien, Spesen Vorstand, …)	249.70	500.00
Verlust (-) / Gewinn (+)	**- 709.76**	**0.00**
Summe	97‘172.30	115‘350.00

Ertrag		
Mitgliederbeiträge	10‘200.00	3‘000.00
Zusatzbeiträge Kader	35‘696.00	42‘000.00
Zusatzbeiträge Trainingsgruppen	16‘520.00	20‘000.00
J&S, Nachwuchsförderung	22‘886.45	20‘000.00
Subventionen (ZKS, ZSS)	6‘290.00	10‘000.00
Beitrag Zentralverband	5‘000.00	17‘000.00
Gönner	550.00	550.00
Zinsen	29.85	30.00
Summe	97‘172.30	112‘580.00

Vermögen	
Stand 31.12.2011	14‘345.99
Gewinn 2012	**0.00**
Vermögen per 31.12.2012	14‘345.99

Anforderungsprofile für Athleten/Athletinnen

(Wird in diesem Jahr vom Trainerteam komplett überarbeitet)

Trainingsgruppen

- mindestens 8 Jahre alt
- im Vorstieg klettern können
- Beherrschen der Sicherungstechnik (Toprope und Vorstieg)
- Motivation für leistungsorientiertes wöchentliches Training
- für 12 jährige und ältere ist ein zweites wöchentliches Training obligatorisch! Dieses Training kann privat, in einem anderen Verein oder in einer anderen Sportart erfolgen.

Sichtungstraining (Aufnahme ins Regionalkader)

- im Vorstieg klettern und auch andere sichern können
- Disziplin und Motivation für Training und Wettkampf
- Selektionsgrundlagen erfüllt

Beherrschen/Klettern folgender Routen

8 jährige	5c
9 jährige	5c+
10 jährige	6a
11 jährige	6b
12 jährige	6c
13 jährige	6c+
14 jährige	7a
15 jährige	7a+

16 jährige und ältere müssen den Schwierigkeitsgrad 7b beherrschen

Verbleiben im Regionalkader

- Commitments eingehalten
- Motivation zum Klettern, an Wettkämpfen teilzunehmen und für Leistungsbereitschaft
- Kletterspezifische Fertigkeiten (technischer, taktischer, psychischer und/oder physischer Natur) verbessern sich stetig
- Potential für Finalteilnahmen bei der Elite im Erwachsenenalter vorhanden

Verbleiben im Juniorenkader

- interne Selektionstag bestanden
- Regionale Talentkarte erworben (Testing Day)
- Motivation für ein regelmässiges sportliches Training (2x / Woche)

Verbleiben im Elitenkader

- Motivation für ein regelmässiges sportliches Training (3x / Woche)

Commitments 2012

vom Trainerteam für die Athleten/Athletinnen

- Ich bin an mindestens 80% der Trainings anwesend
- Ich benehme mich bei jedem Anlass des Regionalkaders stets vorbildlich und fair
- Ich komme ohne Doping aufs Podest
- Ich trage in jedem Training, an jedem Wettkampf und beim jedem Anlass des Regionalkaders die offizielle Bekleidung des Regionalzentrums
- Ich bin Mitglied einer SAC Sektion und nehmen an ausgewählten Anlässen des SAC teils

der Athleten/Athletinnen vom Regionalkader

- Ich folge den Anweisungen des Trainerteams
- Ich bin motiviert und gebe im Training wie auch den Wettkämpfen alles
- Ich erscheine pünktlich zum Training und bei Verspätung melde ich dies rechtzeitig dem Trainerteam
- Längere Abwesenheiten infolge Unfall, Krankheit oder Schule bespreche ich mit meinem Trainer/meiner Trainerin

zusätzlich für Athleten/Athletinnen des Juniorenkader

- Ich reise stets mit dem Regionalkader an die Wettkämpfe

zusätzlich für Athleten/Athletinnen des Elitenkader

- Ich verzichte auf Tabak und Alkohol vor und während Regiokaderanlässen
- Cannabis und andere Drogen sind für mich Tabu
- Nach Arbeit/Schule kommt das Regionalkader für mich an zweiter Stelle und ich gebe alles, um die Trainings und Wettkämpfe besuchen zu können

der Eltern

- Wir unterstützen unsere Kinder beim Einhalten ihrer Commitments, halten uns stets im Hintergrund und lassen das Trainerteam ihre Arbeit tun

Trainingskalender 2012, Elitekader

Die regelmässigen Trainings finden wie folgt statt:

Montag **Gaswerk**	Mittwoch **Milandia**	Freitag **Milandia**
17.45 - 20.45	17.45 – 20.45	17.00 – 21.00

→Trainingspause im Dezember

Spezielle Daten

Nationale Wettkämpfe

Samstag	31.03.2012	BSCC Lead	St.Gallen
Samstag	05.05.2012	BSCC Bouldern	Genève
Samstag	09.06.2012	BSCC Bouldern (SM)	Grindelwald
Samstag	30.06.2012	BSCC Bouldern	Fribourg
Samstag	01.09.2012	BSCC Lead (SM)	Niederwangen
Samstag	29.09.2012	BSCC Speed (SM)	Züspa

Trainingslager

Sonntag – Sonntag	22. – 29.04.2012	Fontainebleau / F

Selektion

Samstag	10.11.2012	Testing Day	Niederwangen

Trainingskalender 2012, Juniorenkader

Die regelmässigen Trainings finden wie folgt statt:

Montag **Gaswerk**	Mittwoch **Milandia**	Donnerstag **Gaswerk**
U16 → 17.45-20.45	Fördergruppe & U12 → 14.00-16.00 U14→ 16.00-18.00	U12/U14 → 17.00-19.00 U16 → 18.00-21.00
Montag **Gaswerk**	Mittwoch **Milandia**	
U14 → 18.30-20.30	Sportschüler U16 →14.00–16.00	

→Trainingspause im Dezember

Spezielle Daten

Trainingslager

Samstag bis Samstag	28.04.-05.05.2011	Ort noch unklar

Internationale Wettkämpfe

Sa/So	26./27.05.2011	YCCF	Imst

Nationale Wettkämpfe

Sonntag	10.06.2012	MYCC Bouldern (SM)	Grindelwald
Samstag	23.06.2012	MYCC Lead (SM)	Sottens
Samstag	25.08.2012	MYCC Lead	St. Gallen
Samstag	29.09.2012	MYCC Speed (SM)	Züspa

Regionale Wettkämpfe

Samstag	24.03.2012	Rheintalcup	Dornbirn
Sonntag	15.04.2012	Rheintalcup	Küblis
Samstag	12.05.2012	Rheintalcup	Chur
Samstag	22.09.2012	Rheintalcup Megusta	Chur
Samstag	08.12.2012	Rheintalcup	Dornbirn

Selektion

Mittwoch		Interner Selektionstraining	Schlieren
Samstag	10.11.2012	Testing Day	Niederwangen
Samstag		Sichtungstraining	Schlieren

Nachwuchsförderung 2012

Selektionstraining für Mitglieder der Trainingsgruppen

Das Sichtungstraining fand am 13. November 2011 statt. Von den rund 12 interessierten konnten am Ende der Sichtung sechs neue Athleten/Athletinnen in das Juniorenkader und drei neue Athletinnen/Athleten in das Elitekader aufgenommen werden. Das nächste Sichtungstraining findet im November 2012 statt

Talent Eyes Zürich / Talent Eyes Winterthur / Talent Eyes Bülach / Talent Zürich

Bei jeder Staffel von Talent Eyes Zürich, Winterthur und Bülach wird im Rahmen der Vorstellung der Sportart Sportklettern eine Schnupperlektion angeboten.
Im Rahmen von Talent Zürich wird bei jeder Staffel ein Kletterblock über vier Trainings für alle Talent Zürich Kids angeboten.
Für die am Klettern interessierten Kids von Talent Zürich werden spezielle Einführungskurse durchgeführt, damit diese mit der Sicherungstechnik so vertraut werden, dass sie einer Trainingsgruppe beitreten und so das dritte Training sportartspezifisch absolvieren können.

-> Talent Zürich Kids müssen dreimal die Woche trainieren. Mindestens zwei Trainings sind polysportiv und müssen bei Talent Zürich absolviert werden. Ein Training darf sportartspezifisch sein und in einem Verein stattfinden.

Trainingsgruppen 2012

Die Anzahl der Trainingsgruppen wird unverändert beibehalten.
Das SAC Regionalzentrum Sportklettern Ostschweiz bietet im Jahr 2012 folgende Trainingsgruppen an:

- 2x Gaswerk, Schlieren (1x Freitag, 1x Montag)
- 1x Milandia, Greifensee (1x Montag)
- 2x Block, Winterthur (2x Dienstag)
- 1x Minimum, Zürich-Wollishofen (1x Freitag)

Kletterwettkämpfe 2012

Bemerkung

Durch den Rückzug vom Kletterwettkampf, finden leider auch im 2012 keine Wettkämpfe im Milandia & Gaswerk statt. Das Ziel des Vorstandes ist es, einen Wettkampfverantwortlichen zu finden, der dem Vorstand angehört und sich der Wettkampfplanung annimmt.

Wettkämpfe in unserer Region

Datum	Ort	Art	Kategorien

Eidechsli (Nachwuchswettkampf)

Kein Wettkampf

Regiocup

Kein Wettkampf

Swiss Cup

29. September 2012	Zürich Züspa	Speed	MYCC & SM
29. September 2012	Zürich Züspa	Speed	BSCC & SM

Welt Cup

Kein Wettkampf

Wangen, 11. Januar 2012

Schweizer Alpen-Club SAC
SAC Regionalzentrum Sportklettern Ostschweiz

Andrea Langhart
Präsidentin