



gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern

Rahmentrainingsplan Sportakrobatik

01.01. 2018 bis 31.12.2021

Autor: Bernd Hegele
Vizepräsident Leistungssport
des Deutschen Sportakrobatik Bundes

Inhalt

Vorbemerkung, Zielsetzung	3
Organisation und Förderstruktur im DSAB.....	4
Leitungsstruktur	4
Ausbildungsstrukturen	4
Stützpunktstruktur.....	5
DSAB-Kaderstrukturen.....	5
Wettkampfstruktur	5
Struktur für den Leistungssport-Nachwuchs.....	5
Struktur der Entwicklung der komplexen sportlichen Leistung in der Sportakrobatik.....	6
Grundausbildung	7
Inhalte und Schwerpunkte in der Grundausbildung	7
Inhalte und Schwerpunkte des Grundlagentrainings	7
Konditionelle Ausbildungsziele, Athletische Anforderungen	8
Trainingsplanung Anteiligkeit	8
Sportmedizinische Hinweise zum Training mit jungen Talenten.....	8
Aufbautraining.....	10
Zielsetzung und Schwerpunkte des Aufbautrainings	10
Ausbildungsinhalte	10
Konditionelle Ausbildungsziele, athletische Anforderungen.....	10
Trainingsplanung, Belastungsgrundsätze.....	10
Mikrozyklus (Wochenplanung)	11
Wettkämpfe	12
Kaderkriterien:.....	13
D- Kader:.....	13
D/C- Kader:	13
C- Kader:	13
B- Kader:	13
A- Kader:.....	14

Vorbemerkung, Zielsetzung

Die Zielsetzung dieser Konzeption ist die Bereitstellung eines Leitfadens zu einer systematischen Nachwuchsförderung, die den Anschluss an die die weitere Heranführung an die internationale Spitze ermöglichen soll. Die grundsätzlichen Aussagen zu Trainings- und Wettkampfinhalten, zur Pädagogik und zu den Förderbedingungen sind klar auf die ethischen Prinzipien eines sauberen und humanen Leistungssports, der Persönlichkeitsentwicklung der jungen Sportlerinnen und Sportler, sowie der Minimierung der Risiken im Sinne der alters- und entwicklungsgerechten Belastung ausgerichtet. Die teilweise unterschiedlichen Förderbedingungen und Herangehensweisen an leistungssportliche Ziele durch die Landesverbände und den DSAB haben bisher nicht die gewünschte Entwicklung im nationalen und internationalen Bereich der Sportakrobatik gebracht.

Eines der größten Probleme des DSAB im Bereich der sportlichen Entwicklung ist die Tatsache, dass es zwar regelmäßig gelingt junge Sportler für die Finalkämpfe bei internationalen Meisterschaften heranzuführen, diese Erfolge aber im Seniorenbereich eher eine Seltenheit ist. Hierfür haben wir zwei Gründe identifiziert. Zum einen ist der Schritt vom Juniorenbereich in den Seniorenbereich, mit den dort geforderten Schwierigkeiten, sehr groß und wird von vielen nicht mehr geschafft, zum anderen sind es auch die Rahmenbedingungen mit denen unsere Sportler zu kämpfen haben. Studium, Berufsausbildung und Schulausbildung erfordern größten Einsatz und machen den in dieser Altersklasse notwendigen Trainingsumfang fast unmöglich. Selbst bei den teilweise im Osten vorhandenen Sportschulen ist der Übergang von Schule in den Beruf oft der Grund für das Ende der sportlichen Karriere. Eine Laufbahnberatung mit den dazu gehörenden Unterstützungen aus Wirtschaft und Staatlichen Stellen, wie an den Olympiastützpunkten könnte hier eine Besserung herbeiführen.

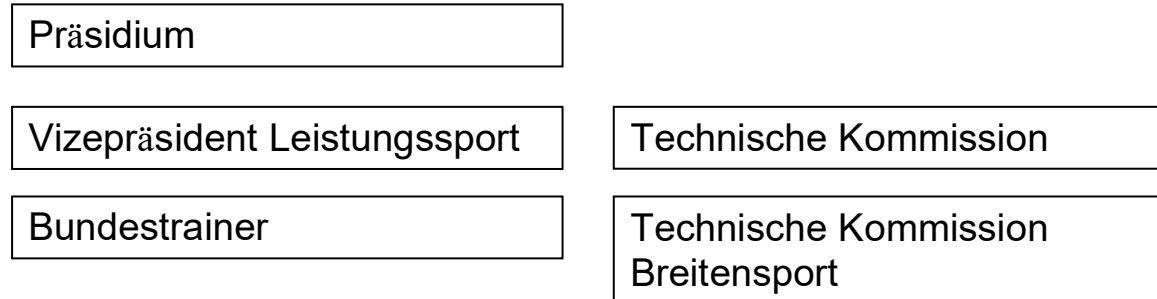
Der zweite genannte Grund für die Schwierigkeiten Junioren in den Seniorenbereich zu bringen ist die doch höhere Anforderung an die Schwierigkeit der Elemente. Dieses Problem hat auch die FIG als weltweites Problem erkannt und mit der Einführung einer weiteren Juniorenklasse einen Schritt in die richtige Richtung gemacht. Mit diesem Zwischenschritt auf dem Weg von den Junioren zu den Senioren erhofft die FIG eine Erleichterung.

Diese Konzeption nimmt den neuen Code of Points 2017 als Grundlage seiner inhaltlichen Aussagen zu Training und Wettkampf. Als künftiger Schwerpunkt wird außer auf eine einwandfreie Technik und saubere ästhetische Ausführung vor allen Dingen auf die Heranführung der Juniorenklassen an die Höchstschwierigkeiten bei der Seniorenklasse Wert gelegt. Dadurch haben auch Nationen, die nicht zu den Topfavoriten gehören eine Chance ein Finale zu erreichen.

Zur Erreichung weiterer internationaler Anschluss- und Spitzenleistungen ist eine Konzentrierung der besten Sportlerinnen und Sportler ab dem Anschlussstraining im Bundesstützpunkt aus sportfachlichen und personellen Gründen dringend erforderlich, aber leider aus finanziellen Gründen nicht durchführbar. Die größte Bedeutung kommt deshalb der Arbeit in den Landesverbänden und Vereinen zu. Dieses Konzept soll Ihnen deshalb als Leitfaden dienen.

Organisation und Förderstruktur im DSAB

Leistungsstruktur



Ausbildungsstrukturen

AK	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Trainingsbereich	Grundausbildung	Grundlagen-training	Aufbau-training	Anschlusstraining				Hochleistungs-training			
Stützpunkte	Landesstützpunkt			Landeleistungszentren			Bundesstützpunkt				
Kaderstruktur				D Kader	D/C Kader	C Kader	B Kader	A Kader			
Die hier dargestellte Kaderstruktur zeigt das Eintrittsalter in einen Kader da die Unterpartner meist älter sind											

Stützpunktstruktur

Bundesstützpunkt in Pfungstadt

Landesleistungszentrum in Aalen, Pfungstadt, Saarbrücken, Schwerin, Leipzig
Landesstützpunkte in Ebersbach

DSAB-Kaderstrukturen

Bundeskader (spezielle DSAB-Kriterien – siehe in den Ausbildungsstufen)

A- Kader: Spitzenkader des DSAB (Platz 1 – 3 bei WM oder EM, oder Qualifikation World Games)

B- Kader: Anschlusskader für Spitzenbereich mit erkennbarer Leistungsentwicklung; Teile der Nationalmannschaft

C- Kader: Bundesnachwuchskader mit höchsten Perspektiven für internationale Wettkampfhöhepunkte im Nachwuchsbereich

D/C- Kader: Ausgewählter jüngerer Nachwuchskader/ Übergangskader besonderer Spitzensportperspektive, Landesförderung bei Eingliederung

Fördermaßnahmen des DTB, Verweildauer bis 3 Jahre (Altersbereich

D- Kader: Landeskader – 1. Stufe des Kadersystems (Aufbautraining)

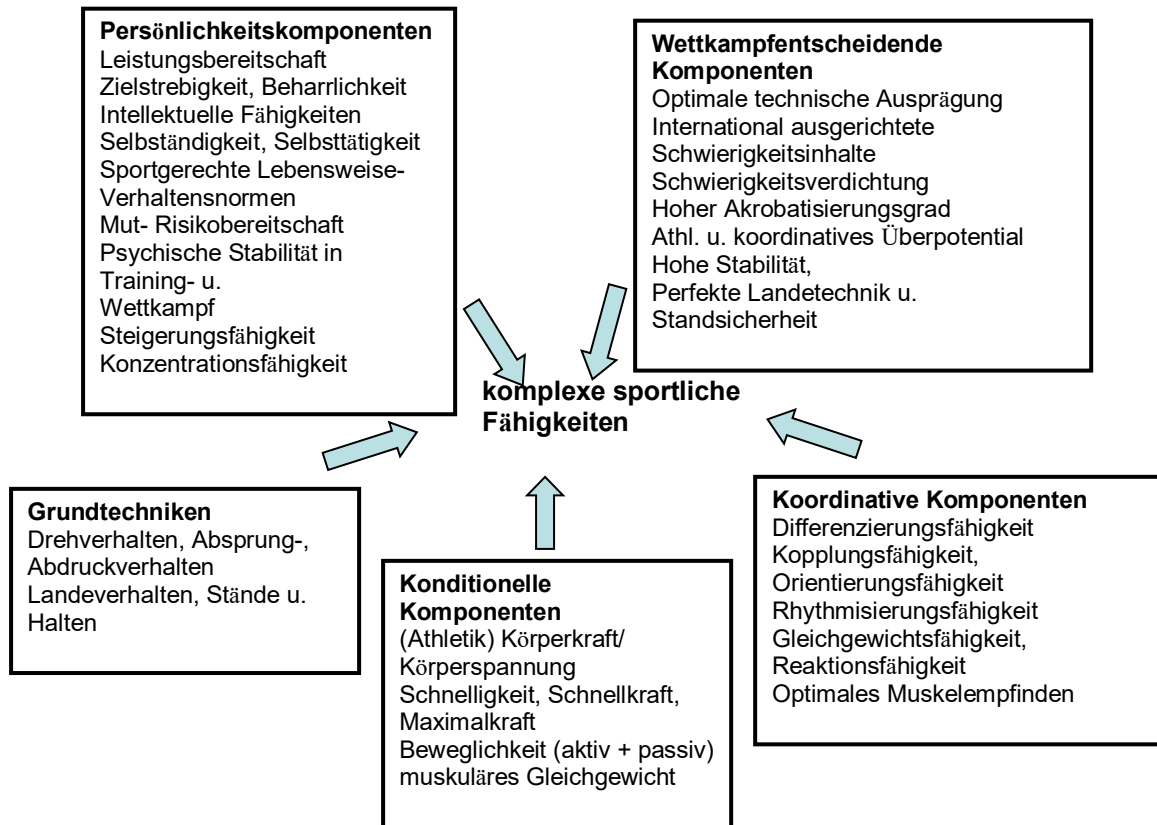
Wettkampfstruktur

Wettkampf	Alterszuordnung	Inhalte	Zeitraum
Nachwuchswettbewerbe in den Landesverbänden	6 – 14	Wettkampfprogramm zur Nachwuchsförderung WeNa	ganztätig
DM Schüler	8 – 14	Kürübungen gemäß AGC 11 - 16 FIG	Q 2
DM Jugend	10 – 16	Kürübungen gemäß AGC 11 - 16 FIG	Q 2
DMM Jugend	8 – 14 10 – 16	Kürübungen gemäß AGC 11 - 16 FIG	Q 2
DM Junioren 1	11 – 18	Kürübungen mit Schwierigkeitsbegrenzung	Q 3
DM Junioren 2	12 - 19	Kürübungen mit Schwierigkeitsbegrenzung	Q 3
DM Senioren	ab 13	Kürübungen	Q 4
DMM	11 – 19 ab 13	Kürübungen	Q 4

Struktur für den Leistungssport-Nachwuchs

In Anlehnung an das „Nachwuchsleistungssport-Konzept 2012“ des DOSB hat der DSAB das „Konzept zur Förderung des Leistungssport-Nachwuchses im DSAB“ erstellt. Es behandelt die Nachwuchssuche und Nachwuchsförderung und ermöglicht das gezielte Heranführen an die Bundekader.

Struktur der Entwicklung der komplexen sportlichen Leistung in der Sportakrobatik



Grundausbildung

Die Formen und Inhalte der Sichtung und der Talentförderung sind auf Bundesebene bisher nicht einheitlich und verbindlich vorgegeben, sie werden z. Zt. je nach Erfahrungen und regionalen Bedingungen unterschiedlich praktiziert.

Es gibt dabei vier grundsätzlich unterschiedliche Vorgehensweisen:

1. Klare Ausrichtung bei der Sichtung auf leistungssportliche Orientierung und Eignung für die Sportakrobatik
2. Aufgrund des geringeren Angebots an Kindern (Geburtenrückgang) erfolgt die Selektion nach dem Kriterium der Nichteignung.
3. Es existiert kein organisiertes Sichtungssystem, der Nachwuchs wird nur durch zufällige Kontaktaufnahme oder Werbemaßnahmen des Vereins gewonnen.
4. Die Sichtungsmaßnahmen erfolgen in unterschiedlichen Altersbereichen –
 - Kindergarten/ Vorschulbereich
 - Grundschulbereich (1.-3. Klasse)
 - Gemischt durch öffentliche Aufrufe und entsprechende Sichtungsveranstaltungen.

Die Einführung eines einheitlichen Sichtungsverfahrens scheitert an den unterschiedlichen Strukturen in den Landesverbänden.

Grundsätzlich sollte der Leistungssportgedanke in der ersten Phase der Sichtung im Hintergrund stehen. Hauptaufgabe besteht in der Gewinnung einer großen Anzahl sportlich, figürlich und koordinativ geeigneter Kinder.

Das Ziel dieses Ausbildungsabschnittes liegt in der Entwicklung komplexer sportlicher Leistungsvoraussetzungen in Einheit mit der Eignungserkennung.

Inhalte und Schwerpunkte in der Grundausbildung

- den eigenen Körper kennen lernen, Grundformen der Körperbeherrschung erlernen,
- erste Erfahrungen sammeln im Umgang mit den Partnern (Orientierungsvermögen, das Wirken dynamischer Kräfte in unterschiedlichen Zeitabschnitten, erste Formen des Rhythmusempfindens usw.),

Als sportartspezifische Grundlagen werden folgende Grundtechniken (Basisfertigkeiten) angegangen:

- Absprünge, Abdrücke, Landeverhalten
- Drehungen um Längen- und Breitenachse
- Balance- und Balancierfähigkeit
- Kraft- und Gleichgewichtsübungsformen
- Ballett Grundübungen

Inhalte und Schwerpunkte des Grundlagentrainings

Im Grundlagentraining werden die sportartspezifischen Leistungsvoraussetzungen entwickelt und eine vielseitige Belastbarkeit für künftige Trainingsanforderungen herausgebildet. Die enge Verknüpfung von Voraussetzungs- und Lerntraining ist im Grundlagentraining charakteristisch, da einerseits die Absolvierung von Übungen zur Fähigkeitsausbildung Lerntraining erfordert und andererseits das Training von Zieltechniken Krafttraining und vestibuläre Anpassung erfordert.

Noch liegt der Schwerpunkt auf dem Voraussetzungstraining, da dadurch die Basis für die Fertigkeitentwicklung geschaffen wird.

Als Orientierung sind hier die Anforderungen und Elemente der „AGC 11-16“ der FIG.

D S A B Rahmentrainingsplan 2018 - 2021

Trainingsziel besteht in der weiteren Ausprägung der Körperbeherrschung, in der Festigung der Körperspannung und Haltung sowie in der Steigerung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten.

Konditionelle Ausbildungsziele, Athletische Anforderungen

Im Mittelpunkt steht die Entwicklung einer allgemein und spezifisch ausgerichteten Krafftähigkeit als Voraussetzung für die erforderliche Belastbarkeit und Realisierung der Trainingsziele.

Die Trainingsmittel müssen ausgerichtet sein auf die Entwicklung von:
Sprungkraft, Stützkraft, Schubkraft, Zugkraft, Haltekraft/ Mittelkörperspannung.

Die Entwicklung einer hohen Beweglichkeit in allen Gelenken zur Vorbereitung maximaler Amplituden im Techniktraining und zur Vermeidung von Muskeldysbalancen (Muskelverkürzungen) muss gleichzeitig erfolgen.

Zur Sicherung einer allgemeinen Belastbarkeit und zur Entwicklung aller physiologischer Funktionen (Herz-, Kreislauf-, Stoffwechsel- und Atmungsfunktionen) ist die Entwicklung der Grundlagenausdauer auch mit Hilfe anderer Sportdisziplinen (Freiluft) kindgerecht in das Training einzubeziehen.

Die Trainingsmittel sind auf die Entwicklung eines hohen koordinativen Vermögens wie hohe Bewegungs- und Drehgeschwindigkeiten, schnellkräftige Absprünge und Abdrücke, Körperbeherrschung und Bewegungsgenauigkeit ausgerichtet. Im Grundlagentraining wird die Basis für die zukünftige akrobatische Ästhetik und individuelle Bewegungskultur gelegt, deshalb sollten auch hier schon Ausbildungsinhalte aus dem Ballett einbezogen werden.

Trainingsplanung Anteiligkeit und Umfang

Koordinatives Training

- 40 % Spiele, Gymnastik, Gewandtheits-, Hindernisanforderungen
- 30 % Ordnungsformen, Gleichgewichtsübungen, Mutschulung
- 30 % zusätzlich Dreh- und Orientierungsvermögen

Konditionelles Training

- 40 % Laufen, Springen, Stützen, Klettern, Hangeln,
- 30 % Beweglichkeitsübungen, Übungsformen zur Körperspannung
- 30 % Kraftausdauer, Körpertechniken

Techniktraining

- 20 % turnerische Grundfertigkeiten Balancieren, Überschlagen, Sprünge
- 30 % Individuelle Elemente einschließlich Choreographie Elemente
- 50 % Paar- und Gruppenelemente

Auch im Grundlagentraining muss schon eine planmäßige Gestaltung der Gesamtbelastung erfolgen, d.h. der erforderliche Wechsel von Be- und Entlastung muss in der Trainingseinheit (z.B. Wechsel von Balance und Dynamic) und in der Wochenplanung (Einbeziehung von Kompensationsformen, Ausgleichstraining durch andere Sportdisziplinen) fester Bestandteil sein.

Für das Grundlagentraining wird von einem Trainingsumfang von wöchentlich 3 mal 3 Stunden ausgegangen

Sportmedizinische Hinweise zum Training mit jungen Talenten

D S A B Rahmentrainingsplan 2018 - 2021

Die Einhaltung der inhaltlichen Vorgaben für das Training ist die beste Garantie für das Vermeiden von Fehlbelastungen und Verletzungen. Die geforderte Vielseitigkeit drückt sich in einer langfristigen Belastungsplanung aus. Dabei spielt auch in diesem Altersbereich ein richtiges Verhältnis von Be- und Entlastung eine große Rolle. Besonders wichtig im Training ist die erforderliche Nutzung geeigneter Matten und methodischer Hilfsgeräte. Eine sportmedizinische (orthopädische) Untersuchung mit Beginn des Grundlagentrainings ist unbedingt erforderlich.

Aufbautraining

Zielsetzung und Schwerpunkte des Aufbautrainings

Die Schwerpunkte im Aufbautraining liegen in einer vielseitigen sportartbezogenen Ausbildung, in der komplexen Erarbeitung allgemeiner und spezieller Leistungsvoraussetzungen, einer Erhöhung der Belastungsverträglichkeit und variablen Verfügbarkeit der erlernten Basisfertigkeiten.

Ausbildungsinhalte

Auf der Grundlage der vorhandenen spezifischen Leistungsvoraussetzungen und Basisfertigkeiten nimmt der Anteil neuer Elemente und Verbindungen zu. Eine langfristige Planung und konsequente Beibehaltung der Schwerpunktelemente (Handstand in allen Variationen, Saltodrehungen und Schrauben) im Training bis zum Vervollkommnungsstadium ist dringend erforderlich. Jede Methode, die nicht zur hohen Bewegungsqualität führt, ist fehl am Platz. Maßstab ist immer das Lernergebnis! Der Lernprozess ist gekennzeichnet durch:

1. Schaffung der Bewegungsvorstellung und Erwerb der Grobform des Bewegungsablaufes
2. Erlernen des technisch einwandfreien Bewegungsablaufes bei variabler Gestaltung.
3. Stabilisierung und Automatisierung der Bewegung unter wechselnden Bedingungen.

Dem steigenden Anteil der Paar und Gruppenarbeit im Aufbautraining wird durch einen erhöhten Trainingsumfang Rechnung getan, aber auch für das Training der individuellen Elemente gelten verstärkt folgende Zielsetzungen

- Explosive Absprung-, Abdruckbewegungen, hohe Flugphasen
- Peitschenartige Beinschwünge zur Erhöhung der Drehgeschwindigkeiten und Winkelgeschwindigkeiten
- Erhöhung der Breitenachsen- und Längsachsendrehungen

Die Entwicklung einer individuellen ästhetischen Ausprägung des Leistungsvermögens erfordert eine konsequente Einflussnahme auf Haltung und Spannung im Trainingsprozess und ein kontinuierliches Gymnastik-Balletttraining.

Konditionelle Ausbildungsziele, athletische Anforderungen

Die athletische Ausbildung ist ständiger Bestandteil der Trainingsplanung und sollte je nach Trainingsabschnitt eigenständige Trainingseinheiten sowie anteiliger Bestandteil der TE ausmachen. Dabei ist die Schaffung eines koordinativen und konditionellen Überpotentials und damit die Erhöhung der Belastungsverträglichkeit eine Schwerpunktaufgabe im Aufbautraining. Im Athletiktraining nimmt die Entwicklung der Schnellkraftfähigkeit einen hohen Stellenwert ein.

Trainingsplanung, Belastungsgrundsätze

Das Aufbautraining ist die erste Stufe der Orientierung auf eine langfristige leistungssportliche Entwicklung. Hier ist eine klare Planung der Leistungsentwicklung und der Belastungsgestaltung erforderlich. Der der Individuelle Trainingsplan für die Paare und Gruppen muss neben der langfristigen Belastungsplanung in den einzelnen Trainingsabschnitten klare Vorgaben zum Trainingsziel, zu den Trainingsmitteln und zu den methodischen Formen der Umsetzung ausweisen. Die Planung muss vor allem für die zweite Phase des Aufbautrainings über den Jahresverlauf erfolgen.

D S A B Rahmentrainingsplan 2018 - 2021

Periodisierung: Vorbereitungsphase, Haupttrainingsphase, Wettkampfphase – sind die grundlegenden Schwerpunkte der Planung
 Trainingsabschnitte: Detaillierte Schwerpunkte der Ausbildung und Belastung in 1 bis 3 Monats- Zeiträumen, Anteil des Lerntrainings, des Voraussetzungstrainings, des Wettkampftrainings, des kompensatorischen Anteils, Kontroll- und Wettkampftermine.
 Wochenplanung: Tages- und Wochenumfangplanung (Gesamttrainingszeit), detaillierte Trainingsanteilplanung (Elemente, Athletik, Kompensation, Übungsanzahl), inhaltliche Ziele, Kontrollen.

Mikrozyklus (Wochenplanung)

Beispiel einer Wochenplanung. Es wird von einer Durchschnittsstundenzahl von 12 ausgegangen, die sich auf 4 Tage verteilen.

Montag	Mittwoch	Freitag	Samstag
45´ Erwärmen	45´ Erwärmen	45´ Erwärmen	45´ Ballett
60´ Balance	30´ individuelle Elemente	45´ Dynamic	30´ Dynamic
30´ individuelle Elemente	60´ Dynamic	45´ Balance	30´ Balance
30´ Übungen mit	30´ Übungen	30´ Übungen	60´ Übungen
15´ Kompensation / Dehnung	15´ Krafttraining / Dehnung	15´ Kompensation / Dehnung	15´ Krafttraining / Dehnung

Bei den Übungen können auch während der Lernphase auch Ersatzelemente geturnt werden.

Die Kraftprogramme sollten variieren zwischen Maximalkraft (2 x) und Schnell- bzw. reaktive Kraft.

Handstand- und Mittelkörperprogramme sind als fester Bestandteil einzuplanen, aber auch als ergänzende Bausteine einzugliedern.

Die vorgegebenen Umfangkennziffern sind als Mindestanforderung für die geplante Leistungsentwicklung anzusehen.

Unter dem eingeschränkten Zeitbudget (z.B. hoher Schulumfang) ist eine Anpassung im Laufe des Aufbautrainings an Trainingsumfang und Trainingsintensität nötig. Zudem wird der Anteil der schwierigeren Elemente zunehmen. Die erforderliche Erhöhung der jährlichen Belastungsgestaltung bis zu den Anforderungen des Hochleistungsbereiches bedingt eine individuelle Planung von Belastung und Erholung (hohe Belastung, mittlere Belastung, tiefe Belastung- aktive Erholung). Einen oftmals unterschätzten Anteil an einer effektiven Erledigung der Trainingsaufgaben nimmt die Erwärmung ein. Die allgemeine Erwärmung zu Beginn des Trainings und die spezielle Erwärmung zur Vorbereitung spezifischer Trainingsaufgaben innerhalb einer Trainingseinheit hat nicht nur die Vorbereitung der Muskulatur und des Bindegewebes für das folgende Training zur Aufgabe, sondern wird gleichzeitig zur Verbesserung der Koordinations- und Reaktionsfähigkeit und zur Entwicklung und Stabilisierung einfacher technischer und athletischer Grundlagen genutzt werden. Eine Stabilisierung der erlernten Elemente als methodische Vorbereitung neuer in der Schwierigkeit angehobener

D S A B Rahmentrainingsplan 2018 - 2021

Elemente bekommt erst in der letzten Phase des Aufbautrainings einen eigenständigen Anteil.

Das Kompensationstraining ist als fester Bestandteil des Trainings einzuplanen, da hier der Ausgleich vorangegangener Trainingsreize erfolgt und damit der Erhalt der Belastbarkeit erreicht wird. Ziel der Kompensation ist es, Muskelverkürzungen durch Dehnübungen, Verspannungen durch Lockerungen und Übersäuerungen durch aktive Erholung zu vermeiden. Das Kompensationstraining ist planmäßig in folgenden Formen im Training einzubinden:

- als eigenständige Trainingseinheit (sollte andere Sportarten einbeziehen)
- in der Trainingseinheit (zwischen den Paar- und Gruppenübungen)
- nach einer Trainingseinheit (zur allgemeinen und speziellen Entlastung)
- über einen kurzen Trainingsabschnitt (aktive Erholungswochen)

Wettkämpfe

Die Wettkampfplanung im Aufbautraining muss sich nach den im Rahmenplan ausgewiesenen Ausbildungsschwerpunkten ausrichten, d.h. sie nimmt erst in der 2. Phase des Aufbautrainings einen festen Bestandteil ein. Die Wettkampffähigkeit der Sportlerinnen und Sportler im Aufbautraining wird durch ein vielseitiges und motivierendes Wettkampfsystem entwickelt (Landes- und Deutsche Meisterschaften, Einladungs- und Pokalturniere)

Ganzjährlich sind individuelle Stützpunktkontrollen und Leistungsüberprüfungen erforderlich. Der zentrale Wettkampfhöhepunkt sind die Deutschen Meisterschaften in der jeweiligen Altersklasse als bundesweite Vergleichsmöglichkeit im Aufbautraining.

Kaderkriterien:

D- Kader:

Altersbereich 8 - 14

1. Stufe des DSAB Kadersystems, Landeskader – Landesförderung, Talentierte Sportler und Sportlerinnen mit einer vielseitigen Ausbildung besonders der koordinativen- und athletischen Voraussetzungen.

Kriterien: Wettkampf Leistung bei Nachwuchswettbewerben; Leistung bei Sichtung.

Orientierungszahl pro Land = je nach Leistungsstärke und Förderbedingungen zwischen 20 und 30 Sportlerinnen und Sportler.

Voraussetzung neben den geforderten Leistungen ist die Bereitschaft zur Teilnahme an Landesmaßnahmen, wie Ausbildungslehrgängen und Überprüfungen. Die Zuständigkeit für den Landeskader hat der Landestrainer oder zuständige Stützpunkttrainer.

D/C- Kader:

Altersbereich 10 – 16

Übergang von der Landesförderung zur Bundesförderung . Der Vorteil dieses Kaders ist, dass Kadermitglieder sowohl bei Landesmaßnahmen als auch bei Bundesmaßnahmen gefördert werden können.

Gezielte Zusammensetzungen der Sportlerinnen und Sportler in Paaren oder Gruppen bezüglich Altersunterschied und körperlicher Entwicklung. Ziel muss es sein, im Folgejahr die Altersbestimmungen für internationale Wettbewerbe im Bereich der Age Group zu erfüllen.

Der D/C-Kader umfasst 20 bis 30 Sportlerinnen und Sportler. Zuständig für den D/C-Kader ist der Bundestrainer mit einer sehr intensiven Abstimmung mit den Landetrainern.

C- Kader:

Altersbereich 11 - 18

Die Mitglieder des C-Kaders sind die potentiellen Teilnehmer bei internationalen Wettkämpfen, hauptsächlich für die Age Group 11-16 . Der C-Kader umfasst 20 – 30 Sportlerinnen und Sportler. Zuständig ist allein der Bundestrainer. Eine Förderung durch Landesmaßnahmen ist hier nicht mehr möglich. Die zu gering vorhandenen Haushaltsmittel des DSAB bewirken eine Vernachlässigung dieser Kaderathleten. Obwohl das die Teilnehmer bei internationalen Meisterschaften der nächsten Jahre sind erhalten Sie nicht die Förderung durch den DSAB den sie benötigen. Der DSAB muss sich hier auf die intensive Arbeit mit diesen Sportlerinnen und Sportlern in den Vereinen und Landesverbänden verlassen. Es bleibt häufig bei der beratenden Tätigkeit des Bundetrainers bei der Trainingsplanung.

B- Kader:

Altersbereich ab 12 / 15

In den B-Kader werden die Sportlerinnen und Sportler berufen, die zur Teilnahme an internationalen Wettkämpfen geplant sind. Wenn möglich geschieht dies schon ein Jahr vor dem Einsatz und sollte im Idealfall aus dem C-Kader erfolgen. Der B-Kader stellt den Großteil der Nationalmannschaft dar. Es sind die potentiellen Teilnehmer der nächsten Welt- und Europameisterschaften der Senioren und Junioren bzw. Age Group 12 -19. Zuständig ist allein der Bundestrainer. Die B-Kader-Mitglieder nehmen an den Stützpunktlehrgängen in Pfungstadt teil. Anzahl und Umfang der Maßnahmen sind durch den DSAB-Haushalt stark eingeschränkt und decken gerade mal die direkte Vorbereitung vor einer Internationalen Meisterschaft ab.

A- Kader:

Altersbereich 12 / 15

Für den A-Kader müssen sich die Sportlerinnen und Sportler bei internationalen Meisterschaften qualifizieren (Platz 1 – 8 bei WM, 1 – 3 bei EM). Aufgrund der sehr starken Konkurrenz bei Welt- und Europameisterschaften sind wir sehr froh, wenn wir überhaupt einige Athleten in diesem Kader haben. Sie sind das Aushängeschild des DSAB. Zuständig ist allein der Bundestrainer. Die A-Kader-Mitglieder nehmen an den Stützpunktlehrgängen in Pfungstadt teil. Anzahl und Umfang der Maßnahmen sind durch den DSAB-Haushalt stark eingeschränkt und decken gerade mal die direkte Vorbereitung vor einer Internationalen Meisterschaft ab.