

Sportausschuss

Rhein-Kreis Neuss | Grevenbroich, 21. September 2015

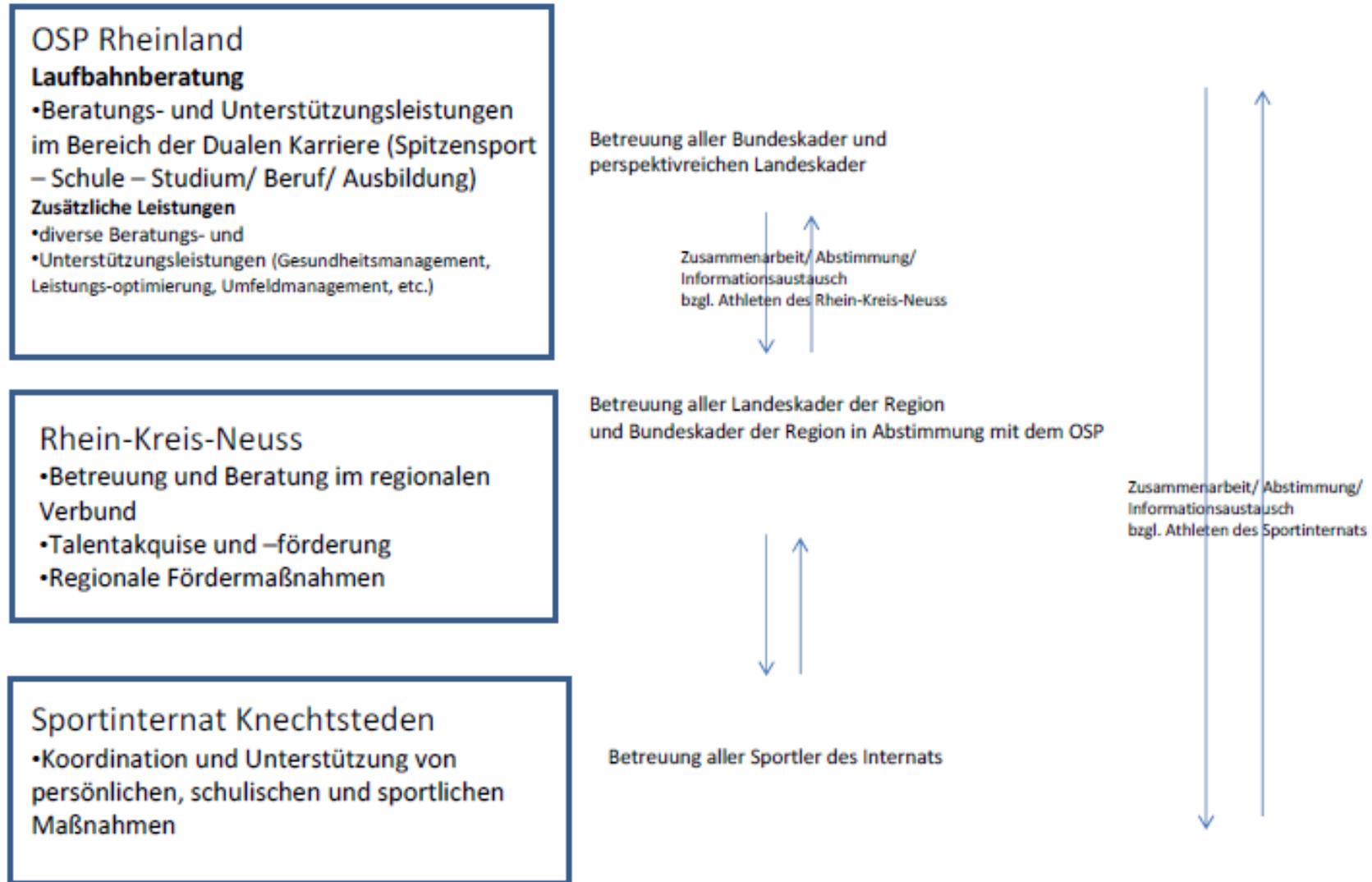


NRW-Leistungssportregion
Rhein-Kreis Neuss

Duale Karriere

- Athletengespräche mit den Perspektivteam-/und Kaderathleten der Stützpunkte
- Hilfe bei der Karriereplanung (Herausarbeiten beruflicher/sportlicher Perspektiven)
- Vorstellung und Optimierung der Fördermaßnahmen an den Stützpunkten bei Trainern und Sportlern
- Kontinuierlicher Zusammenarbeit mit den Laufbahnberatern des OSP Rheinland

Zusammenarbeit mit dem OSP Rheinland



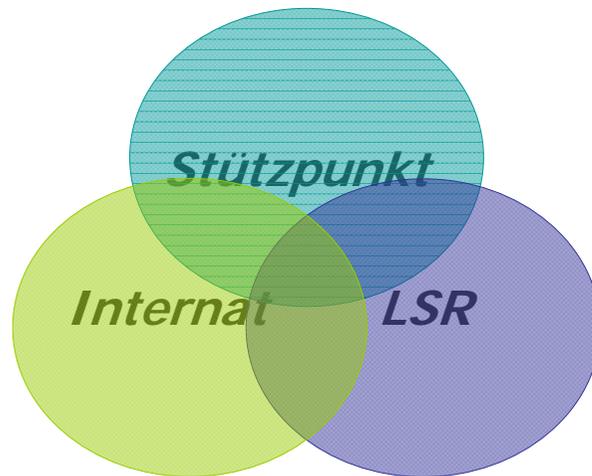
Zusammenarbeit mit dem OSP Rheinland

Vorschläge für die intensivere Zusammenarbeit:

- Informationen/Vorstellung der jeweiligen Arbeitsbereiche bei Athleten
- Gemeinsame Veranstaltungen zur Beratung der Athleten organisieren
z.B. Berufsorientierung, Informationen zu den Unterstützungsleistungen für die Athleten
-> Langfristigkeit der Betreuung aufzeigen!

Stützpunktentwicklung

- Unterstützung zu einer professionelleren Aufstellung, sowie die gemeinsame Entwicklung von Konzepten mit allen Kooperationspartnern



- Unterstützung der Trainer an den Stützpunkten
- Bundesweite Athleten-Akquise in Absprache mit den Stützpunkten
- Fort- und Weiterbildungen der Trainer zur Leistungsoptimierung (Stützpunktübergreifend in Kooperation der Bundesstützpunkte & OSP)

Stützpunktentwicklung

- Wie kann ein Fort- und Weiterbildungsprogramm im Nachwuchsleistungssport aussehen?

Mentaltraining & Teamfähigkeit

im Leistungssport (6 LE)

Erfolge erzielt das Mentaltraining schon seit langem in den Bereichen Sport & Gesundheit.

Folglich geht es darum, die Anforderungen, die Training und Wettkampf im psychischen Bereich an den Athleten stellen, zu erfassen sowie die sich daraus ergebenden Kompetenzen, um diese Anforderungen zu bewältigen, aufzuzeigen. Leistungssport auf Knopfdruck erbringen.

Teamfähigkeit hat über den "normalen" Trainingsalltag hinaus im Sport eine wichtige Bedeutung, um Teams zu fördern und Ziele zu verwirklichen. Mit praktischen Übungen wollen wir dies verdeutlichen.

Athletiktraining im Nachwuchsleistungssport

Für viele Sportler spielt die gezielte Leistungsverbesserung eine bedeutende Rolle. Das Athletiktraining ist ein grundlegendes allgemeines Training, welches optimal in den Trainingsprozess zu integrieren ist. Mit hohen Intensitäten, funktionellen Bewegungsabläufen und einer großen Variation an Trainingsreizen sollen Sportler an ihr Ziel gebracht werden.

INHALTE:

Einführung in motorische, koordinative und athletische Inhalte, Integration der Lehrgangsinhalte ins Training, Individual- & Mannschaftssportarten, praktischer Teil.

Lg Nr. 142-2496
Termin 26.02.2016, Fr. 16.30-21.00
Leitung Stefan Press, Andreas Bendt
Ort Dormagen
Gebühr 20,00 € / 30,00 € ohne Verein
Lizenzverl. UL-C, SdÄ (6 LE)

Für alle Teilnehmer, die einem Verein im Rhein-Kreis Neuss angehören, ist der Lehrgang kostenfrei.



Lg Nr. 142-2497
Termin 04.03.2016, Fr. 16.30-20.30

Lg Nr. 142-2498
Termin 02.09.2016, Fr. 16.30-20.30

Leitung Stefan Press
Ort Dormagen
Gebühr 20,00 € / 30,00 € ohne Verein

Für alle Teilnehmer, die einem Verein im Rhein-Kreis Neuss angehören, ist der Lehrgang kostenfrei.

Interne
 INHOUSESCHULUNGEN
 möglich

Ansprechpartner:
 Stefan Press
 Mail: stefan.press@
 rhein-kreis-neuss.de
 Tel. 02181 / 601 5205

Auszug aus der Broschüre des KSB

Stützpunktentwicklung (Öffentlichkeitsarbeit)

- Bundesstützpunkte: neue Homepage des AC Ückerath



www.ac-ueckerath.de

Stützpunktentwicklung (Öffentlichkeitsarbeit)

- Facebookauftritt der NRW-Leistungssportregion Rhein-Kreis Neuss



Stützpunktentwicklung (Öffentlichkeitsarbeit)

- Erstellung eines Flyers für die Leistungssportregion in Zusammenarbeit mit der Agentur Heimspiele (OSP)

- Was soll der Inhalt dieses Flyers sein?
 1. Die Marke *Leistungssport* im Rhein-Kreis Neuss bekannter zu machen
 2. Leistungssportangebote in der Region (Stützpunkte)
 3. Rahmenbedingungen für einen verantwortungsvollen Leistungssport (Duale Karriere, Fördermöglichkeiten, NRW Sportschule, Internat etc.)

Netzwerkarbeit

- Kooperation und regelmäßiger Austausch mit dem Sportinternat Knechtsteden, sowie mit dem Teilinternat Dormagen
- Sportwissenschaftliche Beratung – in Kooperation mit den Universitäten und Organisationen des Leistungssports
- regelmäßiger Austausch mit anderen NRW-LR (Rhein-Sieg Kreis/Bonn, Paderborn, Düsseldorf)



Quelle: www.stadtsportbund-duesseldorf.de

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

