



Leistungssportkonzept Olympische Leichtathletik des SC Tegeler Forst e.V. in der LG NORD Berlin

Grundsätze:

Der SC Tegeler Forst bekennt sich zur Förderung des Leistungs- und Wettkampfsports. Der SC Tegeler Forst e.V. als einer der mitgliederstärksten Berliner Leichtathletikvereine und die LG NORD Berlin als eine der größten Leichtathletikgemeinschaften im DLV fühlen sich neben der allgemeinen sportlichen Förderung aller Altersklassen der speziellen Förderung talentierter und ambitionierter Leichtathletinnen und Leichtathleten verpflichtet.

Aus diesem Grund stellt der Verein mit diesem Konzept sicher, dass in allen Altersklassen ein leistungssportliches Trainingsangebot von Vereinsseite gestellt wird. Neben der absoluten Leistungssportförderung gibt es ab dem Altersbereich der Jugend nach Möglichkeit auch spezielle Trainingsmöglichkeiten für (lediglich) Breitensportlich-wettkampfsportorientierte Sportlerinnen und Sportler. Das Konzept wird nach Bedarf vom Vorstand oder dem Leistungssportwart fortgeschrieben. Die aktuelle Version 2019 ist die Fortschreibung der Versionen 2017, 2013, 2011, 2007, 2005 und des 2000er Konzepts.

Trainingsorte und Trainingsgruppenzusammensetzungen:

Die einzelnen Trainingsgruppen erhalten insbesondere während der Sommermonate die Möglichkeit, zu gleichen Zeiten auf gleichen Sportanlagen zu trainieren, um das Gesamtgefüge des Vereins und der LG zu erhalten und zu fördern. Dies sind im Kernbereich die Stadien Hatzfeldallee und Finsterwalder Straße in Reinickendorf und das Stadion Rehberge in Mitte. Vorstand und Leistungssportwart stehen im Dialog mit den Sportämtern Reinickendorf und Mitte um die Sportstätten für die leichtathletische Nutzung kontinuierlich zu optimieren. Eigene Geräte des Vereins/ der LG stehen zum Trainingsbetrieb an diesen Sportstätten zur Verfügung. Durch das parallele Training soll den Trainerinnen und Trainern die Möglichkeit zur intensiven Kontaktmöglichkeit gegeben werden, um mögliche Probleme oder gemeinsam anstehende Fragen schnell und zielgerichtet zu lösen. Im Winterhalbjahr findet das Training schwerpunktmäßig in den Hallen Hatzfeldallee, Renée-Sintenis-GS, OSZ Cyclostraße, Kraftraum Rehberge und den Landes- und Bundesleistungszentren Rudolf-Harbig-Halle und Sportforum statt.

Zur besseren Koordinierung der Trainingsangebote trifft sich der Kreis der im Leistungssportbereich ab U16 tätigen Trainer unter Leitung des Sportwartes, Leistungssportwartes oder des Vorsitzenden im Sportausschuss oder Leistungssportausschuss. Einzelfragen können jederzeit mit dem Sportwart und/oder Leistungssportwart geklärt werden. Für organisatorische Belange steht außerdem die TF-Geschäftsstelle zur Verfügung.

Für die Trainingsgruppen ab U14 findet nach Möglichkeit ein einwöchiges Herbsttrainingslager und eine mannschaftsbildende Wettkampffahrt (z. B. auch Team-DM, wenn sportlich sinnvoll) pro Jahr statt.

Für die Jugendlichen U18 bis Erwachsenen wird nach Möglichkeit für alle Disziplinblöcke ein zweiwöchiges Ostertrainingslager unter klimatisch günstigen Bedingungen angeboten. Außerdem wird eine weitere Trainingslagerwoche für spezielle Maßnahmen in diesen Altersklassen nach Bedarf gefördert. Fahrten zu Deutschen Meisterschaften werden nach Möglichkeit voll finanziert. Bei großen Mannschaftsfahrten wie Team-DM und Team-EC Junioren wird gegebenenfalls eine Eigenbeteiligung erhoben.

Für die einzelnen Altersklassen sieht das Trainingskonzept der wettkampf- und leistungssportorientierten Leichtathletik im Verein wie folgt aus.

Kleinkinder, U8 und U10 männlich/weiblich:

Die Kinder werden spielerisch gemäß DLV-Rahmentrainingsplan „Kinderleichtathletik“ (2018) an die Leichtathletik herangeführt. Neben den klassischen Formen der Leichtathletik bekommen auch spielerische Wettkampfformen der Kinderleichtathletik nach DLV-Konzeption und eine insgesamt polysportive Grundlage besondere Beachtung. Es gibt verschiedene Gruppen, die in der Nähe der zu betreuenden Kindern im Einzugsbereich des Vereins dezentral verstreut sind. Die Trainingsgruppen sind überwiegend koedukativ. Vorrangiges Ziel ist die Bindung einer genügend großen Masse junger Mitglieder an den Verein. Die Teilnahme an Wettkämpfen ist hinter der allgemeinen Bewegungserziehung noch nachrangig. An den Berliner Bestenkämpfen soll aber teilgenommen werden. Ebenso ist die Teilnahme an mindestens einem Spielsportfest pro Jahr anzustreben.

Jugend U12 und U14 männlich/weiblich:

Nach Vorgabe des DLV-Rahmentrainingsplanes „Grundlagentraining“ (2017) gibt es ein Grundlagentraining in der Wettkampfleichtathletik unter besonderer Berücksichtigung der Talente jedes einzelnen. Die Gruppen trainieren mindestens 2x pro Woche und es gibt für jede Altersgruppe und jedes Geschlecht eine extra Trainingsgruppe.

Ziel ist in diesen Altersgruppen, an allen Berliner Bestenkämpfen erfolgreich teilzunehmen. Es sollte jedes Jahr möglich sein, eine große Anzahl an Berliner Bestenkämpfen-Titeln zu erringen.

Besondere Erfolge weist die LG NORD Berlin und speziell der SC Tegeler Forst im Bereich der Mannschafts- und der Mehrkampfwertungen aus. Diese vielseitige Ausrichtung und die Abdeckung des gesamten Wettkampfangebotes der Berliner Leichtathletik soll erhalten werden. Die Rundenaufstellung hat zu Saisonbeginn langfristig koordiniert mit den Partnervereinen der LG zu erfolgen, so dass die leistungsstärkste Mannschaft an den Start geht. Talentierte Kinder, sollen die Möglichkeit erhalten zusätzliche einmal pro Woche an einem speziellen BLV-Kader- bzw. vereinsinternen Talenttraining 1x wöchentlich teilzunehmen. Die Dezentralisierung der Bereiche U8 bis U12 innerhalb des TF ist in dieser Altersklasse sukzessive aufzuheben und ein gemeinsames Training in Reinickendorf in einer Gesamtgruppe anzustreben. Im Bedarfsfall sind Eltern in dieser Altersklasse zu beraten, ob ihre Kinder auf eine der kooperierenden Sportschulen (Poelchau/SLZB) gehen sollten.

Jugend U16 männlich/weiblich:

Diese Altersgruppe trainiert weiter als Gesamtgruppe alle Leichtathletikdisziplinen, jedoch getrennt nach Geschlecht. In dieser Altersgruppe erfolgt die beginnende Spezialisierung auf einen bestimmten Disziplinblock. Zur Förderung dieser Disziplingruppen bietet der Verein den Athleten entweder durch Landestrainer des BLV oder eigene Trainerkräfte zusätzlich zum Gesamtgruppentraining nach Möglichkeit ein blockspezifisches Zusatztraining an. Vorrangig bleibt jedoch eine vielseitige und allgemeinspezifische leichtathletische Grundausbildung.

Im Wochenplan ergeben sich zwei Trainingseinheiten als Basistraining für alle Aktiven dieser Altersgruppe. Sportler mit Leistungsorientierung kommen auf ca. 2 weitere und speziellere Trainingsmöglichkeiten im Verein, auf Sportschulen oder dem Stützpunkttraining des BLV.

Zur Förderung der block- und disziplinspezifischen Förderung bietet der Verein das Spezialtraining zum Teil zusammen mit dem blockorientierten Jugend U18/20- und Erwachsenentraining an.

Im Rahmen der Berliner U16-Meisterschaften ist ein Ergebnis in den vorderen Platzierungen samt Berliner Meistertiteln anzustreben. Besonderer Wert ist weiterhin auf die Mehrkämpfe und die Mannschaftswertungen zu legen, jedoch darf dabei die langfristige individuelle Entwicklung nicht aus dem Auge gelassen werden.

Eine Teilnahme an den Norddeutschen und Deutschen Jugendmeisterschaften U16 ist anzustreben, eine vordere Platzierung insbesondere bei teilnehmender Mannschaft erstrebenswert (Staffeln, Team DM).

Jugend U18, U20 männlich/weiblich und Männer / Frauen:

Nach Vorgabe des DLV-Rahmentrainingsplanes „Basics“ (2010) und den disziplinspezifischen DLV-Rahmentrainingsplänen für den Sprint, Sprung, Lauf, Wurf und Mehrkampf erfolgt ein Aufbau und Anschlusstraining bis zum individuellen Hochleistungstraining in der Wettkampfleichtathletik unter besonderer Berücksichtigung der disziplinspezifischen Talente jedes einzelnen. Es wird in der Regel 4-7x pro Woche trainiert. Ab dem U18-Bereich trennt der Verein dabei die Athleten in die einzelnen Disziplingruppen im Bereich des Leistungssportes. Zusätzlich bietet der Verein nach Möglichkeit weiterhin allgemeine Trainingsangebote für wettkampfsportorientierte und freizeitsportorientierte Sportlerinnen und Sportler ohne Hochleistungsperspektive in einer Basis-Gruppe an. Die Basisgruppe soll auch ehemalige Wettkampf- und Leistungssportler weiter ans Vereinsleben binden soll.

Neben der individuellen Darstellung der Athleten ist weiterhin gemeinsame Teilnahme der Gruppen im Leistungs- und Wettkampfsport an den einzelnen Deutschen Staffel- und Mannschaftsmeisterschaften ist zu erstreben und eine gute deutschlandweite Platzierung das Ziel.

Es sind in diesen Altersbereichen nach Möglichkeit alle Berliner Meisterschaften zu bestücken und eine entsprechende Anzahl von Titeln zu erringen. Eine Teilnahme an Deutschen Meisterschaften ist nur dann anzustreben, wenn die Teilnahme meisterschaftswürdig ist, d.h. nicht, dass eine Endkampfplatzierung unbedingte Pflicht sein muss, sie sollte aber doch im Bereich des Möglichen liegen oder ein Start im Sinne der langfristigen Leistungsentwicklung des Athleten aus anderen Gründen dienlich erscheinen. Den vor allem jungen Athleten eine Teilnahme an Deutschen Meisterschaften zu ermöglichen, ist, sofern die Athleten die entsprechenden Qualifikationsleistungen erbracht haben, eine der Aufgaben des SC Tegeler Forst e.V. Die besten Individualathleten soll darüber hinaus langfristig mit der Zielstellung der Erreichung internationaler Meisterschaften vorbereitet werden.

Der SC Tegeler Forst e.V. bietet in Kooperation mit der LG NORD Berlin im Leistungssportbereich zur Zeit folgende Disziplingruppen an, und deckt damit derzeit mit Ausnahme einer Mehrkampspezialisierung das gesamte Spektrum der olympischen Leichtathletik eigenständig ab, die herausgehobenen Stärken der LG NORD Berlin liegen traditionell im Bereich Mittelstrecke und Sprung.

Lauf männlich/weiblich (Mittel und Langstrecke einschließlich Hindernis)
Gehen männlich/weiblich (Landes-/Bundestrainerbetreuung)
Sprint, Langsprint, einschließlich Hürde und Horizontalsprung männlich/weiblich
Hochsprung männlich/weiblich
Stabhochsprung männlich/weiblich
Wurf männlich/weiblich

In diesen Disziplingruppen bietet der Verein mind. viermaliges möglichst sechsmaliges Training pro Woche an, das individuell in Absprache zwischen den Disziplintrainern und den Athleten erweitert wird. Mit diesem Konzept sind die derzeit vorhandenen Athleten ausreichend versorgt. Bei einer entsprechenden Entwicklung sind die Disziplinblöcke entweder zu verändern oder weitere Disziplingruppen zu schaffen. Es ist aufbauend auf den Erfolgen und der Trainervielfalt in der Vergangenheit auch in Zukunft unser anspruchsvolles Ziel innerhalb der LG alle Disziplinen der Stadionleichtathletik aus eigener Kraft zu bestücken!

Seniorinnen und Senioren / Masters:

Der Verein bietet den Senioren ein leistungs- und wettkampforientiertes Training. Es sollte disziplinübergreifend sein und möglichst alle im Seniorenbereich angebotenen Disziplinen umfassen. Der Verein unterstützt die Senioren bei der Vorbereitung auf nationale und internationale Meisterschaften.

Ultra-Lauf:

Durch das LG NORD Ultra-Team ist die LG NORD Berlin außerhalb der olympischen Leichtathletik (10km Straße bis Marathon) auf den Ultra-Distanzen auch auf der Straße seit den 90er Jahren erfolgreich vertreten.

Talentsichtung, Zusammenarbeit mit Schulen im Bezirk Reinickendorf und den Eliteschulen des Sports:

Über den normalen Trainingsbetrieb hinaus werden jährlich regelmäßig Maßnahmen zur Sichtung durchgeführt, die es ermöglichen auch Späteinsteiger und Talente zu identifizieren, die den Weg in die Leichtathletik alleine nicht finden würden. Die Sichtung findet entweder dezentral an den Schulen („Flinke Füße“ = 30m fliegend Läufe an den Grundschulen und grundständigen Gymnasien mit Bezirksfinale) oder auch zentrales Sichtungssportfest statt. Im Rahmen der Kooperation als Talente Zentrum des BLV finden weitere mögliche Maßnahmen gemeinsam mit dem Landesverband statt. Darüber hinaus sollte jeder ÜL innerhalb seiner AK an den Schulstaffeltagen, Schul-Crossläufen und JTFO Wettkämpfen nach Talenten für seine Trainingsgruppe Ausschau zu halten. Die Sichtung soll sich auf alle Bereiche der Leichtathletik beziehen.

Für die Talentsuche und Talententwicklung ist die Kooperation mit Grund- und Oberschulen im Bezirk Reinickendorf zu intensivieren. Talentierte jugendliche Athletinnen und Athleten sollte bei entsprechender sportlicher Eignung die Möglichkeit eröffnet werden, die Schule im Olympiapark (Poelchau-Schule) oder das SLZB zu besuchen. Eine enge Abstimmung und Kooperation mit den beteiligten Schulen ist anzustreben.

Anforderungen an Trainer:

Alle Trainer sollten auch zur Kontrolle der Finanzen, Bewilligung von Zuschüssen und vorausschauender DM-Quartierplanung durch die Geschäftsstelle eine langfristige Wettkampfplanung für das Jahr erstellen und diese mit dem Vorstand abstimmen. Die Trainer haben die Aufgabe sich nach Möglichkeiten beim BLV und DLV regelmäßig weiterzubilden, der Erwerb einer ÜL-Lizenz ist unbedingt anzustreben. Nach Bedarf werden zusätzlich Trainerworkshops und Schulungsmaßnahmen auch innerhalb der LG angesetzt.

Am Ende des Wettkampfjahres (September) erstellen die abgebenden Trainer Listen mit der möglichen (Aufteilung) Perspektiven der Athleten im neuen Wettkampf- und Trainingsjahr. Diese auch in den unteren Altersklassen zu fertigenden Listen sind mit den übernehmenden Trainern abzustimmen. Kopien der Listen erhalten der Sportwart und der Leistungssportwart, die diese dann hinsichtlich von Kaderzugehörigkeiten mit dem Berliner Leichtathletikverband abstimmen bzw. den Verband zur Aufnahme bestimmter Athleten in bestimmte Kader auffordern.

Leistungsanspruch der LG NORD Berlin:

Der Leistungsanspruch leitet sich aus den seit der Wiedervereinigung des deutschen Sports 1990 erzielten Ergebnisse ab und muss bei Bedarf fortgeschrieben werden. Zurzeit bilden folgende Parameter auf der Grundlage des Mittels der letzten 10 Jahre (2009-2018) die realistische Zielsetzung.

- Ein Platz unter den besten 30 Vereinen des DLV in der DLV-Vereinsrangliste ist weiterhin anzustreben.
- Dazu werden jährlich zwischen 70 und 105 Platzierungen in der DLV-Bestenliste benötigt.
- Pro Jahr sind mind. 5 bis 9 Bundeskaderathleten in den Reihen der LG NORD zu entwickeln bzw. zu halten. Nach Möglichkeit ist die erfolgreiche Teilnahme an den internationalen Saisonhöhepunkten anzustreben.

- Pro Jahr sind mind. 20-50 Endkampfplätze in der Summe aller Deutschen Meisterschaften anzustreben, davon sollten pro Jahr 8-24 Medaillen und ungefähr 87-241 Länderkampfpunkte erzielt werden.
- Die Endkampfteilnahme in den Team-DM-Finals ist anzustreben.

Zusammenarbeit mit dem Fachverband (BLV / DLV):

Unter dem Aspekt, dass der Verein aktuell und auch in Zukunft verstärkt Landes- und Bundeskader entwickelt, sieht sich der Verein als Kooperationspartner im Spitzensport gegenüber dem DLV und BLV.

Berlin, den 21.03.2019



Leistungssportwart des SC Tegeler Forst e. V. in der LG NORD Berlin

1. Urversion; Stephan Sachs (2000)
2. Version: Jan Keil & Stephan Sachs (2005)
3. Version: Jan Keil (2007)
4. Version: Jan Keil & Bernd Kunze (2011)
5. Version: Jan Keil & Bernd Kunze (2013)
6. Version: Jan Keil (2017)
7. Version: Jan Keil, Jörg Stutzke und Gudrun Liedtke (2019)

