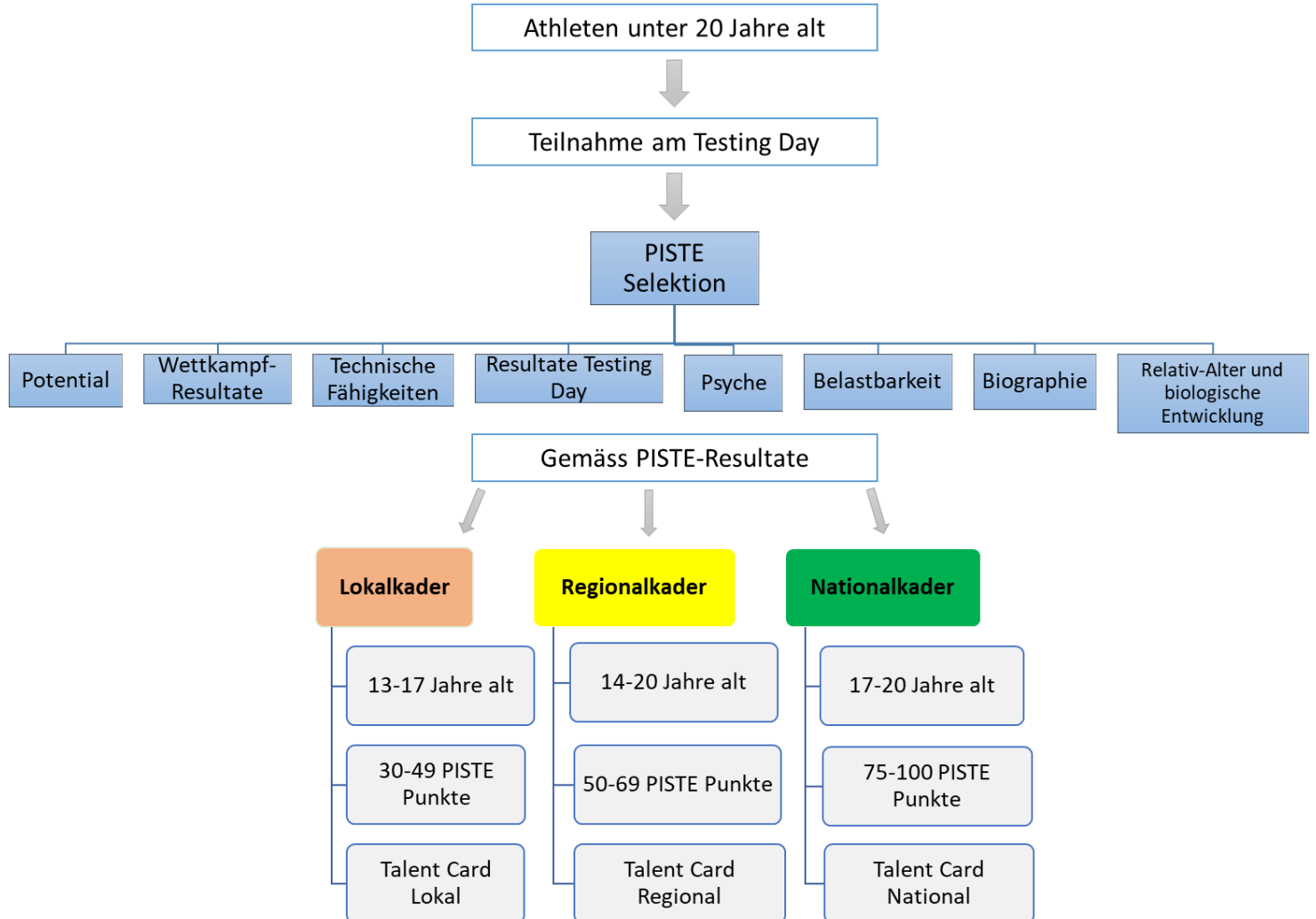




## Selektionskonzept SAC Swiss Ski Mountaineering-Kader

### Der Weg zum SAC Swiss Ski Mountaineering Kadereintritt



### Alterskategorien Swiss Ski Mountaineering Kader SAC 2024-2025

- Lokalkader: Jahrgänge 2007 bis 2011
- Regionalkader: Jahrgänge 2005 bis 2010
- Nationalkader: Jahrgänge 2005 bis 2007

### Gesamtpunktzahl (PISTE-Evaluation) für Kaderaufnahme:

- Lokalkader: 30 bis 49 Punkte
- Regionalkader: 50 bis 69 Punkte
- Nationalkader: 75 Punkte und mehr.



- ➔ Bei Athleten, welche eine Gesamtpunktzahl zwischen 70 und 74.9 erreichen, wird anhand folgender Kriterien selektioniert: Athletenpotenzial, Leistungskurve in den letzten Jahren und Wettkampfergebnisse in der letzten Saison.

### Selektionsdauer

- **Lokal- und Regionalkader:** Die Athleten sind für 1 Jahr selektioniert. Die Teilnahme am jährlichen Testing Day für die Kaderqualifikation ist obligatorisch.
- **Nationalkader:** Die Athleten sind für zwei Jahre selektioniert ausser beim Übergang Nachwuchs/U23. Die jährliche Teilnahme am Testing Day ist obligatorisch.

Die Selektionskommission kann diese Selektionsdauer verkürzen, wenn der Athlet die Kaderrichtlinien (Athletenvertrag) und die Ethik-Charta von Swiss Olympic nicht respektiert.

### Mindestanforderung Wettkämpfe für Kaderselektion

Die Teilnahme an mindestens zwei Youth Cup Rennen oder zwei regionalen Rennen (die einen guten Vergleich mit anderen Kaderathleten ermöglichen) ist nötig, um für das Regional- oder Nationalkader selektioniert zu werden.

### Leistungen der verschiedenen Kader

Lokalkader Phase T1	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Die Athleten haben die Möglichkeit, je nach Schule/Kanton, eine Dispensation für gewisse Unterrichtsstunden zu bekommen.</li><li>✓ Die Athleten haben die Möglichkeit als Gast im Regionalzentrum ihrer Region zu trainieren</li><li>✓ Die Athleten erhalten eine digitale Talent Card Lokal von Swiss Olympic</li></ul>
Regionalkader Phase T2-T3	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Die Athleten haben die Möglichkeit, je nach Schule/Kanton, eine Dispensation für gewisse Unterrichtsstunden zu bekommen und/oder in einer Sportschule zu beginnen</li><li>✓ Die Athleten können im Regionalzentrum ihrer Region trainieren.</li><li>✓ Die Athleten sind zu einem SAC Trainingslager von der Nachwuchs-Nationalmannschaft eingeladen</li><li>✓ Die Athleten erhalten eine digitale Talent Card Regional von Swiss Olympic und profitieren von einem Teil der Partnervorteile von Swiss Olympic.</li></ul>
Nationalkader Phase T3-T4	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Die Athleten haben die Möglichkeit, je nach Schule/Kanton, eine Dispensation für gewisse Unterrichtsstunden zu bekommen und/oder in einer Sportschule zu beginnen</li><li>✓ Die Athleten bekommen die offizielle Bekleidung der National-Mannschaft und profitieren von den Sponsoren- und Partnervorteilen des SAC.</li><li>✓ Die Athleten sind zu 4 bis 5 SAC Trainingslagern der Nachwuchs-Nationalmannschaft eingeladen (finanziert, organisiert und betreut durch SAC).</li><li>✓ Die Athleten nehmen an den ISMF Youth World Cups teil (finanziert, organisiert und betreut durch SAC).</li><li>✓ Die Athleten profitieren von einer Beratung durch SAC in folgenden Bereichen: Trainingswissenschaft, Saisonplanung, Karriereplanung, Sport/Schule/Studium und Armee und Sport.</li><li>✓ Die Athleten erhalten eine digitale Talent Card National von Swiss Olympic und profitieren von den Partnervorteilen von Swiss Olympic.</li></ul>



## **Evaluationstool PISTE**

Die Selektionen erfolgen nach Vorgabe des Tools [PISTE](#) (Prognostische Integrative Systematische Trainer-Einschätzung) von Swiss Olympic. Alle Schweizer Sportverbände arbeiten für die Vergabe von lokalen, regionalen und nationalen Talent Cards mit diesem Instrument. Die Selektionen erfolgen nach einem einheitlichen Standard und erfüllen die Anforderungen für eine angemessene und aussagekräftige Selektion.

## **Personen die in der PISTE-Evaluation beteiligt sind**

Kriterien, die einen Evaluations-Fragebogen vorsehen, werden von den Regionaltrainern sowie von den Nationaltrainern und dem Nachwuchsverantwortlichen bewertet. Die Athleten, die noch nicht Mitglied eines Kadern sind, sowie lokale und regionale Athleten werden von den Regionaltrainern beurteilt (in Absprache mit den Nationaltrainern und dem Nachwuchsverantwortlichen).

Athletinnen und Athleten, die den regionalen oder nationalen Trainern sowie dem Nachwuchsverantwortlichen noch nicht bekannt sind, erhalten für die folgenden Kriterien keine Bewertung:

- Leistungsentwicklung und Potential
- Technische Fähigkeiten in Training und Wettkampf
- Psyche
- Belastbarkeit
- Athletenbiografie: keine Bewertung des familiären Umfelds und des Trainingsumfangs

## **Skala und Gewichtung der Beurteilungskriterien**

Für jedes Beurteilungskriterium wird eine Punkteskala und eine prozentuale Gewichtung vergeben. Die prozentuale Gewichtung variiert je nach Alter des Athleten. Dieser Gewichtungssatz wurde vom Verband und Swiss Olympic festgelegt.

Für jedes Beurteilungskriterium wird eine Punkteskala festgelegt. Diese Skala hat jedoch keinen Einfluss auf die prozentuale Gewichtung (ein Kriterium mit einer Skala von 0 bis 2 Punkten kann eine höhere Gewichtung haben als ein Kriterium mit einer Skala von 0 bis 12 Punkten).

## **Selektionskommission**

Die Kommission besteht aus folgenden Personen:

- Urs Stöcker, Ressortleiter Leistungssport
- Malik Fatnassi, Bereichleiter Leistungssport
- Denis Vanderperre, Chef Nachwuchs
- Esteban Hofer, Nachwuchs-Nationaltrainer
- William Déglise, Nachwuchs-Nationaltrainer

## **Termine 2024**

<a href="#">Anmeldung Testing Day</a>	Bis 08.04.2024
Testing Day	04.05.2024
Kommunikation Selektionen	06.06.2024



## Übersicht der Gewichtung der Kader-Selektionskriterien nach Alter

Kriterien & Alter	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Leistungsentwicklung & Potential	1%	1%	1%	1%	5%	8%	11%	11%	14%
Wettkampfergebnisse	20%	20%	20%	20%	24%	28%	31%	33%	33%
Technische Fähigkeiten im Training & Wettkampf	18%	18%	18%	18%	15%	13%	10%	10%	10%
Konditionstest	37%	37%	37%	37%	37%	35%	33%	31%	29%
Psyche	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%
Belastbarkeit	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%	4%
Athletenbiographie	16%	16%	16%	16%	11%	8%	7%	7%	6%
<b>Total</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>

→ Der relative Alterseffekt und der biologische Entwicklungsstand (Frühentwickler, Normal- oder Spätentwickler) des Athleten sind ebenfalls in der Evaluation durch die wissenschaftliche Empfehlungen von Swiss Olympic berücksichtigt.



## Beschreibung der Kader-Selektionskriterien

Kriterien	Indikatoren	Tools	Skala
<b>Leistungsentwicklung &amp; Potential</b>	Anstieg der Leistungskurve und langfristiges Potential des Athleten	Trainerevaluation (Fragebogen)	Min: 0 Punkt Max: 2 Punkte
<b>Wettkampfergebnisse</b>	Resultate nationale und internationale Wettkämpfe	Ranglisten	Min: 0 Punkt Max: 2 Punkte
<b>Technische Fähigkeiten im Training &amp; Wettkampf</b>	Beherrschung der verschiedenen Gleitschritte, Wechsel und Abfahrtfähigkeiten.	Wechseltest + Trainerevaluation(Fragebogen)	Min: 0 Punkt Max: 2 Punkte
<b>Konditionstest</b>	Resultate Testing Day	Resultate Testing Day	Min: 0 Punkt Max: 2 Punkte
<b>Psyche</b>	Leistungsmotivation (motivationale Verhaltenstendenz, Zielorientierung, selbstbestimmte Motivation)	LEMOVIS	Min: 0 Punkt Max: 2 Punkte
<b>Belastbarkeit</b>	Physische und psychische Belastbarkeit	Trainerevaluation (Fragebogen)	Min: 0 Punkt Max: 2 Punkte
<b>Athletenbiographie</b>	Umfeld, Trainingsalter und Trainingsumfang	Trainerevaluation (Fragebogen)	Min: 0 Punkt Max: 2 Punkte



## 1. Leistungsentwicklung und Potential

### Beschreibung

A) Die konditionelle Leistungsentwicklung des Athleten im Training und im Wettkampf wird in den folgenden Phasen ausgewertet:

- Im September : In der Mitte der Vorbereitungsphase
- Im Dezember: Am Ende der Vorbereitungsphase
- Im Februar: In der Mitte der Wettkampfphase
- Im April : Am Ende der Wettkampfphase

B ) Das langfristige Potential des Athleten im Hinblick auf Europameisterschaft, Weltmeisterschaft und olympische Spiele.

### Evaluationstool

Trainerevaluation durch einen Fragebogen:

A) Wie sieht die Leistungsentwicklung des Athleten im Training und im Wettkampf in den letzten Monaten aus?

0= Verschlechterung oder keine Entwicklung
1= Stagnation oder leichte Entwicklung
2= Gute Entwicklung

B) Prognostizierte Leistung der Athletin / des Athletes im Elitealter in seiner stärksten Disziplin in den nächsten Jahren

0= Athlet mit nationalem Niveau
1= Top 30 ISMF World Cup Elite
2= Top 10 ISMF Word Cup Elite



### Skala in der PISTE Evaluation

Der Durchschnitt der zwei Noten gibt die Endnote.

Skala= 0 bis 2 Punkte

## **2. Wettkampfergebnisse**

### Beschreibung

Erreichte Resultate im Wettkampf (Skimo) zwischen November und Mai der vorherigen Saison.

### Evaluationstool

Die besten drei erreichten Resultate auf nationaler oder internationaler Stufe werden berücksichtigt. Jedes Rennen wird mit einem Faktor gewichtet: 1, 2 oder 3 je nach Niveaueinstufung des Rennens ,ein Faktor von 1 bis 5 je nach Teilnehmeranzahl und Punkte je nach Rangierung pro Wettkampf.

Faktor Niveaueinstufung

1= Tiefes Niveau
2= Mittleres Niveau
3= Hohes Niveau

Faktor Anzahl Teilnehmer:

0 bis 5 Teilnehmer = Faktor 1
6 bis 10 Teilnehmer = Faktor 2
11 bis 15 Teilnehmer = Faktor 3
16 bis 20 Teilnehmer = Faktor 4
Mehr als 20 Teilnehmer = Faktor 5



Punkte Rangierung:

Rang	Punkte	Rang	Punkte	Rang	Punkte	Rang	Punkte
1	100	11	32.5	21	15	31	2.5
2	90	12	30	22	13.75	32	1.25
3	80	13	27.5	23	12.5	33	0
4	70	14	25	24	11.25		
5	60	15	22.5	25	10		
6	55	16	21.25	26	8.75		
7	50	17	20	27	7.5		
8	45	18	18.75	28	6.25		
9	40	19	17.5	29	5		
10	35	20	16.25	30	3.75		

Verwendete Formel pro Wettkampf :

Faktor Niveaueinstufung X Faktor Anzahl Teilnehmer X Punkte Rangierung:

Eine Finalrangierung wird erstellt wobei die Punkte wie folgt verteilt werden:

1.Rang= 100 points	7.Rang = 40 points
2.Rang = 90 points	8.Rang = 30 points
3.Rang = 80 points	9.Rang = 20 points
4.Rang = 70 points	10.Rang = 10 points
5.Rang = 60 points	11.Rang = 0 points
6.Rang = 50 points	/





### Skala der PISTE Evaluation

Skala= 0 bis 950 Punkte

### **3. Technische Fähigkeiten im Training und im Wettkampf**

#### Beschreibung

Die technischen Fähigkeiten im Training und im Wettkampf werden in den folgenden Bereichen während der ganzen Saison ausgewertet:

- Die Beherrschung der verschiedenen Gleitschritten
- Die Beherrschung der Wechsel
- Die Beherrschung der Abfahrt

#### Evaluationstool

Trainerevaluation durch einen Fragebogen:

Wie gut sind die Gleitschritte (Anstieg, Skating)?

0= Nicht beherrscht
1= Beherrscht bei niedriger Geschwindigkeit
2= Beherrscht bei hoher Geschwindigkeit

Wie gut sind die Wechsel? Der Wechseltest am Testing Day hilft ebenfalls für die Auswertung dieses Kriteriums.

0= Nicht beherrscht
1= Beherrscht bei niedriger Geschwindigkeit
2= Beherrscht bei hoher Geschwindigkeit



Wie gut sind die technische Fähigkeiten?

0= Nicht beherrscht
1= Beherrscht bei niedriger Geschwindigkeit
2= Beherrscht bei hoher Geschwindigkeit

Skala in der PISTE Evaluation

Der Durchschnitt der drei Noten gibt die Endnote.

Skala= 0 bis 2 Punkte

#### **4. Konditionstests (Testing Day)**

Beschreibung

Die Konditionstests sind auf dem Swiss Ski Power Test basiert und fürs Skitourenrennen angepasst:

- Fünfer Hupf (rechts und links)
- Standweitsprung
- Schweizerkreuz
- Hindernis-Parcours
- Liegestütz
- High box jump
- Rumpftest
- 12min Test

➤ [Katalog der Konditionstests vom Testing Day](#)

Evaluationstool

Die Punkte von jedem Test werden über eine Formel berechnet. Die beste Leistung (pro Kategorie) in den letzten Jahren am Testing Day wird in der Formel berücksichtigt.



### Verwendete Formeln :

- 1) Fünfer Hupf rechts + fünfer Hupf links + Standweitsprung

Formel : (Resultat fünfer Hupf rechts + Resultat fünfer Hupf links) /beste Leistung R-L x 50) + (Resultat Standweitsprung/beste Leistung Standweitsprung x50)

- 2) Schweizerkreuz und Hindernis-Parcours

Formel: Beste Leistung Schweizerkreuz/Resultat Schweizerkreuz) x 50) + (Beste Leistung Hindernis-Parcours/Resultat Hindernis-Parcours)x50)

- 3) Liegestütz

Formel: (Resultat Liegestütz/Beste Leistung Liegestütz) x100

- 4) High box jump

Formel: (Resultat High box/Beste Leistung high box) x100

- 5) Rumpftest

Formel: (Resultat Rumpftest/Beste Leistung Rumpftest) x100

- 6) 12' Test

Formel : (Resultat 12 min /Beste Leistung 12min) x100

### Skala in der PISTE Evaluation

Die erreichten Punkte bei den Tests werden addiert und ergeben das Total. Die Sprungtests (Fünfer Hupf + Standweitsprung), das Schweizerkreuz und das Hindernis-Parcours wird mit dem Faktor 2 gewichtet (zählen doppelt). Der 12'min Test wird mit dem Faktor 2.5 gewichtet.

Skala= 0 bis 950 Punkte



## 5. Psyche

### Beschreibung

Dieses Kriterium misst mit zehn Verhaltensweisen die Skalen Eigeninitiative (EI), Erfolgsorientierung (EO) und Leistungsbereitschaft (LB).

### Evaluationstool

LEMOVIS: Dieses Tool wurde von Swiss Olympic und der Universität Bern entwickelt.

Alle Details zum LEMOVIS: [Lemovis Tool](#)

### Skala in der PISTE Auswertung

Skala= 0 bis 12 Punkte

## 6. Belastbarkeit

### Beschreibung :

Die Belastbarkeit wird in den folgenden Bereichen ausgewertet:

1. Verletzungen und Krankheit
2. Physische Belastbarkeit
3. Psychische Belastbarkeit

### Evaluationstool

Trainerevaluation durch einen Fragebogen :

Die Athletin / Der Athlet fällt im Training aufgrund von Krankheiten oder Verletzungen aus

0= Nie/selten
1= Manchmal
2= Oft



Die Athletin / Der Athlet verträgt hohe Belastungen (Umfang, Dauer, Intensität, Monotonie)

0= Nicht einverstanden
1= Teilweise einverstanden
2= Voll einverstanden

Die Athletin / Der Athlet verfügt über eine hohe psychische Widerstandsfähigkeit (kann Krisen bewältigen und Chancen sehen)

0= Nicht einverstanden
1= Teilweise einverstanden
2= Voll einverstanden

#### Skala in der PISTE Evaluation

Der Durchschnitt der drei Noten ergibt die Endnote.

Skala= 0 bis 2 Punkte

### **7. Athletenbiographie**

#### Beschreibung

Die Athletenbiographie wird in den folgenden Bereichen ausgewertet:

- 1) Umfeld
  - Schule/Ausbildung/Lehre/Arbeit
  - Wohnort und Trainingsort
  - Familiäres Umfeld
- 2) Trainingsalter im Ski Mountaineering
- 3) Notwendiger Trainingsumfang gemäss [FTEM-Phase](#)



Evaluationstool

Trainerevaluation durch einen Fragebogen :

1) Umfeld

Der Athlet verfügt neben seinem Studium/Ausbildung/ Arbeit über genügend Zeit?

0= Nicht leistungsfördernd
1= leistungsfördernd
2= Sehr leistungsfördernd

Wie lange braucht der Athlet vom Wohnort bis zum Trainingsort?

0= Nicht leistungsfördernd
1= leistungsfördernd
2= Sehr leistungsfördernd

Ist das familiäres Umfeld des Athleten leistungsfördernd?

0= Nicht leistungsfördernd
1= leistungsfördernd
2= Sehr leistungsfördernd



## 2) Trainingsalter im Ski Mountaineering

Die Anzahl Trainingsjahre der Athletin/des Athletes im Ski Mountaineering

0= die Anzahl Trainingsjahre ist tief (1 bis 2 Jahre)
1= die Anzahl Trainingsjahre ist mittel (3 bis 4 Jahre)
2= die Anzahl Trainingsjahre ist hoch (5 Jahre und mehr)

## 3) Notwendiger Trainingsumfang gemäss FTEM-Phase

0= Der notwendige Trainingsaufwand kann nicht ausreichend betrieben werden
1= Der notwendige Trainingsaufwand kann weitgehend ausreichend betrieben werden
2= Der notwendige Trainingsaufwand kann vollständig betrieben werden

### **Kontaktperson**

Hast du Fragen zum Selektionsprozess? Wir stehen dir gerne per E-Mail oder Telefon zur Verfügung.



Chef Nachwuchs  
[Denis.vanderperre@sac-cas.ch](mailto:Denis.vanderperre@sac-cas.ch)  
031 370 18 25



Nachwuchs-Nationaltrainer  
[William.deglise@sac-cas.ch](mailto:William.deglise@sac-cas.ch)  
031 370 18 50



Nachwuchs-Nationaltrainer  
[Esteban.hofer@sac-cas.ch](mailto:Esteban.hofer@sac-cas.ch)  
031 370 18 75