

## Das OL-Sprungbrett in der Region NWS

### Was ist das Sprungbrett?

Das Sprungbrett bietet die Möglichkeit, das OL-Nachwuchskader Nordwestschweiz näher kennen zu lernen und an den Aktivitäten des Nachwuchskaders teilzunehmen.

### An wen richtet sich das Sprungbrett?

Das Sprungbrett richtet sich an motivierte jugendliche OL-Läufer\*innen aus der Nordwestschweiz, die sich im physischen wie auch im technischen Bereich weiter entwickeln möchten.

### Ziel des Sprungbretts

Ziel des Sprungbretts ist es, die Athlet\*innen physisch und OL-technisch auf das Nachwuchskader vorzubereiten, so dass sie nach einem oder spätestens nach zwei Jahren den Übertritt ins Nachwuchskader erreichen. Weiter soll das Sprungbrett den sozialen Zusammenhalt vereinsübergreifend unter den jugendlichen OL-Läufer\*innen in der Nordwestschweiz stärken.

### Aufnahmekriterien für das Sprungbrett

- Mitglied in einem der Nordwestschweizer OL-Vereinen
- Regelmässige Teilnahme am Vereinstraining während mind. einer Saison
- Regelmässige Teilnahme an regionalen OLs
- Eine Aufnahme ins Sprungbrett ist ab dem zweiten Jahr der Kategorie H/D14 möglich. Bei fortgeschrittenen OL-Kenntnissen ist eine Aufnahme bereits im ersten Jahr der Kategorie H/D14 möglich.
- Interesse am OL und der Wille zur Verbesserung der eigenen Leistungen

## Angebot

Die Athlet\*innen des Sprungbretts haben die Möglichkeit, an folgenden Anlässen des Nachwuchskaders teilzunehmen:

- 2-3 Trainingslager in der Schweiz oder im nahen Ausland
- 5-6 Trainingswochenende
- Betreuung durch Trainer\*innen des NWK NWS
- Jugendcup
- Lauftraining jeden Donnerstagabend in Liestal

## Erwartungen an die Athlet\*innen des Sprungbretts

- Teilnahme an mindestens 5 regionalen OLs
- Regelmässige Teilnahme am Training des OL-Vereins
- Teilnahme an PISTE-Test
- Teilnahme an PISTE-Wettkämpfen (werden Anfang Saison bekannt gegeben)
- Teilnahme im Donnerstagstraining ist gewünscht

PISTE (Prognostische Integrative Systematische Trainer-Einschätzung) ist ein Instrument von Swiss Olympic, um den Leistungsstand und die Entwicklung von Nachwuchskader-Athleten zu messen und zu vergleichen.

Swiss Orienteering hat OL-relevante Kriterien und Tests bestimmt, nach denen die Nachwuchs- Kaderathleten und Kaderkandidaten bewertet werden.

## Übertritt ins OL-Nachwuchskader NWS

Für einen Übertritt ins NWK NWS sind unter Berücksichtigung weiterer Faktoren 300 PISTE-Punkte notwendig. Die Selektionsrichtlinien für das Nachwuchskader können unter [rolv-nws.ch/dokumente/](http://rolv-nws.ch/dokumente/) eingesehen werden.

## Bewerbung

Bist du interessiert am Sprungbrett? Das Bewerbungsformular für das Sprungbrett findest du unter: [rolv-nws.ch/sprungbrett/](http://rolv-nws.ch/sprungbrett/).

Dort findest du auch die Informationen an wen und bis wann du das Bewerbungsformular einreichen musst.

Nach deiner Bewerbung wirst du vom Trainerteam des Nachwuchskaders benachrichtigt, ob du ins Sprungbrett aufgenommen wirst.