

Leistungssportförderkonzept 2024-2028 (2032)

Auf dem Weg zur Exzellenz begibt sich Artistic Swimming Schweiz auf eine strategische Reise, die zwei deutlich miteinander verbundene Richtungen einschliesst. Mit einem Hauptaugenmerk auf der Duettleistung sind wir entschlossen, unsere Athlet:innen auf höchstem Niveau antreten zu lassen, mit dem ultimativen Ziel der olympischen Qualifikation.

Jedoch geht unsere Vision darüber hinaus, da wir die Bedeutung der Entwicklung eines starken und zusammenhängenden Nationalteams erkennen. Durch eine eventuelle dezentrale Organisation und regionale Stärkung streben wir danach, Talent im ganzen Land zu fördern, während wir unseren Hauptfokus auf das Duett-Projekt und dessen Erfolg beibehalten. Unsere Mission besteht nicht nur darin, die Teilnahme in der Duett-Kategorie bei den Olympischen Spielen zu sichern, sondern auch die kontinuierliche Weiterentwicklung und Unterstützung von Artistic Swimming auf allen Ebenen in der Schweiz zu fördern.

Das Ziel ist die allgemeine technische Kompetenz von Artistic Swimming in der Schweiz zu erhöhen und eine Kultur der Exzellenz zu fördern, mit dem Hauptaugenmerk auf der olympischen Qualifikation für das Duett in den Jahren 2028 und 2032. Unser **Hauptziel** ist es, die Qualifikation für die **Olympischen Spiele 2028 und 2032** zu sichern und die Vertretung der Schweiz auf internationaler Bühne zu gewährleisten.

1. Strategieplan für die Schweizer Nationalduette 2024-2028 (2032)

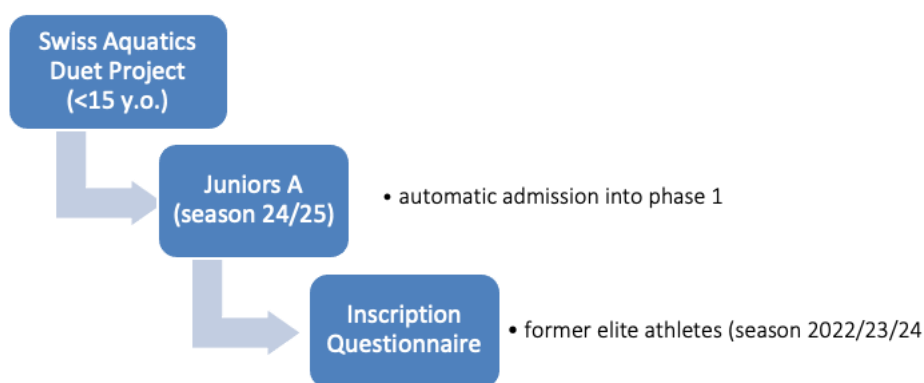
Spezifische strategische Ziele für die Kategorie "Swiss Artistic Swimming Duette":

- **Talentidentifikation und -entwicklung:** Unterstützung junger Athlet:innen mit Potenzial für langfristiges Engagement.
- **Entwicklung eines klaren Pfads für Hochleistung:** durchlaufende Entwicklungsstufen von der Basis bis zum Hochleistungsniveaus. Einhaltung der neuen Richtlinien (siehe Phase 1) für die Auswahl von Duett-Athlet:innen sowie Kriterien für den Eintritt in den nationalen Athlet:innenpool.
- **Verbesserung der Ausbildung und Entwicklung von Nationaltrainer:innen:** Investition in Trainingsprogramme für Trainerausbildung und -entwicklung, um sicherzustellen, dass Trainer:innen über das nötige Wissen, die Fähigkeiten und Ressourcen verfügen, um Athlet:innen zu ihrer vollen Potenzialentfaltung zu bringen. Dies sollte Schulungen in Sportwissenschaft, Führung und Kommunikationsfähigkeiten sowie spezifische Schulungen in technischen, physischen und taktischen Aspekten des Sports umfassen.
- **Aufbau eines starken Unterstützungsteams:** Einbeziehung von Sport- und Sportmedizinwissenschaftler:innen, Ernährungswissenschaftler:innen und Mentaltrainer:innen, die eng mit Trainer:innen und Athlet:innen zusammenarbeiten, um die notwendige Unterstützung zur Leistungssteigerung und Verletzungsprävention zu bieten.

- **Entwicklung von Partnerschaften:** Aufbau von Partnerschaften und Kooperationen mit anderen Organisationen, einschliesslich Schulen, Universitäten und privaten Unternehmen. Diese Partnerschaften können den Zugang zu Ressourcen und Finanzierungsmitteln ermöglichen, die die Hochleistung unterstützen können.
- **Fundraising-Strategie:** Erforschung alternativer Finanzierungsquellen wie Sponsoring und Zuschüssen durch regionale Unterstützung/Stützpunkten. Darüber hinaus Erforschung kosteneffektiver Methoden zur Programmdurchführung, wie geteilte Trainingsanlagen und Ferntraining.

Phasen

Phase 1. Januar – Dezember 2025. Talentidentifikation und -auswahl.



Das Anmeldeformular umfasst:

- Athlet:innenportfolio mit den Wettkampfergebnissen der Saisons 2022/23/24
- Empfehlungsschreiben des oder der Club-Haupttrainer:in
- Erklärung der Athlet:innen-Eltern über das Engagement
- Bestätigung des finanziellen Beitrags

Ein umfassender Talentidentifikationsprozess wird durchgeführt, um Athlet:innen im Alter von 15 Jahren und älter zu identifizieren, die das Potenzial für olympischen Erfolg haben. Um ihre Eignung für das Projekt festzustellen, werden technischen Bewertungen, physischen Evaluierungen und Interviews durchgeführt. Soft skills wie Engagement, Entschlossenheit, Widerstandsfähigkeit, Teamarbeit und Anpassungsfähigkeit werden ebenfalls berücksichtigt. Eine Selektionskommission (Nationaltrainerin, Chefin Leistungssport und Nachwuchs, Sportdirektorin) wird den Auswahlprozess durchführen und eine faire, umfassende Bewertung sicherstellen sowie die Liste der Kandidat:innen abschliessen. 6 bis 10 ausgewählte Athlet:innen erhalten persönliche Einladungen, dem Duettprojekt beizutreten.

Phase 2. Saison Januar 2026 – April 2027. Training und Entwicklung

Einführung eines teilweisen Trainingsplans, um die Athlet:innen an die Anforderungen des Vollzeittrainings zu gewöhnen. Unser Zeitplan folgt einem 2:4:2-Muster, unabhängig vom Starttag des Monats. Zum Beispiel:

Woche 1 – Mo, Di

Woche 2 und 3 – Fr, Sa, So, Mo

Woche 4 – Sa, So

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday		Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
July 2024	01 ²⁷	02	03	04	05	06	07	August 2024	29 ³¹	30	31	01	02	03	04
	08 ²⁸	09	10	11	12	13	14		05	06	07	08	09	10	11
	15 ²⁹	16	17	18	19	20	21		12 ²	13	14	15	16	17	18
	22 ³⁰	23	24	25	26	27	28		19 ³	20	21	22	23	24	25
	29 ³¹	30	31	01	02	03	04		26 ⁴	27	28	29	30	31	01
	Training at base	Training at base			Training at base	Training at base	Training at base				Nationalfeiertag		Training at base	Training at base	
	Training at base				Training at base	Training at base	Training at base					08	09	10	11
	Training at base											15	16	17	18
												22	23	24	25
												29	30	31	01
												01	02	03	04
												08	09	10	11
												15	16	17	18
												22	23	24	25
												29	30	31	01
												01	02	03	04
												08	09	10	11
												15	16	17	18
												22	23	24	25
												29	30	31	01
												01	02	03	04

- **Technisches Training:** Bereitstellung spezialisierter intensiver Trainings zur Perfektionierung des allgemeinen technischen Niveaus und der technischen Elemente der Routine, Beherrschung von Techniken für freie Routinen, Verfeinerung der Synchronisation zwischen den Athlet:innen und Verbesserung des künstlerischen Ausdrucks.
- **Körperliche Konditionierung:** Implementierung von Kraft- und Konditionsprogrammen zur Verbesserung der physischen Leistungsfähigkeit der Athlet:innen, spezielle körperliche Vorbereitung, Flexibilität und Verletzungsprävention.
- **Choreographie und Duett-Paarung:** Erstellung von Choreografien, Zusammenarbeit mit erfahrenen Choreograf:innen zur Erstellung aussergewöhnlicher Routinen. Teilnahme und Vertretung der Schweiz mit verschiedenen Duett-Kombinationen (um verschiedene Kombinationen zu erkunden und das Leistungspotenzial zu maximieren) in regionalen, nationalen und internationalen Wettbewerben, um Erfahrungen zu sammeln, Routinen zu verfeinern und internationale Aufmerksamkeit zu erlangen. Routinen kontinuierlich anhand des Feedbacks der Wertungsrichter:innen und Leistungsbewertungen anpassen und verbessern.

Phase 3. Saison Mai 2027 – 2028.

Intensivierung des Trainings. Vorbereitung auf Wettkämpfe und olympische Qualifikation

- Übergang zu einem Vollzeit-Trainingsplan mit Schwerpunkt auf der Verfeinerung der Technik, Kraft, Konditionierung und Verbesserung der Routinen DDs.
- Bestimmung der besten Paarung basierend auf Leistungsergebnissen, Kompatibilität und Synergie (Gruppe A). Mit einem strategischen Fokus auf die olympische Qualifikation werden die Duette wichtige internationale Wettkämpfe und spezifische Qualifikationsveranstaltungen, die von Swiss Aquatics und World Aquatics identifiziert wurden, anstreben, um unter den Top 16 der Welt zu sein. Während andere Athlet:innen des Duett-Projekts (Gruppe B) gemäss dem Trainingsplan der Phase 2 weiter trainieren mit dem Ziel international die Schweiz zu vertreten. Genau definierte Anzahl pro Gruppe A und B kann definiert werden abhängig von der Grösse des Pools.
- Ständige Analyse der Wettkampfleistungen, um Stärken zu identifizieren, Trainingsmethoden und -ansätze anzupassen, Verbesserungsbereiche zu erkennen und strategische Anpassungen vorzunehmen.
- Ausweitung der internationalen Zusammenarbeit mit anderen nationalen Verbänden, um die kontinuierliche Verbesserung zu fördern und verschiedene Erfahrungen im Artistic Swimming auszutauschen.

2. Swiss Aquatics Artistic Swimming – Nationalteams

Mit dem Fokus auf die Duett-Performance und dem langfristigen Ziel der olympischen Qualifikation vollzieht Swiss Aquatics Artistic Swimming einen grundlegenden Wandel. Diese zukunftsorientierte Strategie sieht vor, die Verantwortung für die Entwicklung der Nationalteams künftig an die Regionen zu delegieren, während gleichzeitig umfassende Leitlinien bereitgestellt werden, um den Fortschritt sicherzustellen. Die Bereitstellung dieser Richtlinien gewährleistet eine einheitliche strategische Ausrichtung auf nationaler Ebene.

Durch die Delegation der Nationalteam-Führung an die Regionen wird die Zusammenarbeit zwischen Vereinen, Trainer:innen und Athlet:innen in jeder Region gefördert. Zusätzlich werden Nationaltrainer:innen die Regionen unterstützen, indem sie bei der Vorbereitung von Wettkampfroutinen helfen und spezifische technische Ratschläge geben, um sicherzustellen, dass die Teams (Junioren/Elite) optimal auf die Wettkämpfe vorbereitet sind. Die Anmeldung zu Wettkämpfen erfolgt durch den Verband.