

Strukturplan Leistungssport

2021 - 2024

Synchronschwimmen

Stand: 16.02.2021

LSN – Landesschwimmverband Niedersachsen e.V.

L – leistungsfähig

S – sportlich

N – norddeutsch

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|------|--|----|
| 1 | Der Landesschwimmverband Niedersachsen e.V. | 1 |
| 2 | Aktueller Leistungsstand | 2 |
| 2.1 | Sportliche Entwicklung in Niedersachsen | 2 |
| 2.2 | Nationaler Vergleich..... | 2 |
| 2.3 | Internationaler Vergleich | 3 |
| 3 | Leistungssportliche Zielsetzungen..... | 4 |
| 3.1 | Leitlinien und Grundsätze | 4 |
| 3.2 | Zielsetzungen..... | 5 |
| 4 | Organisations- und Führungsstruktur | 6 |
| 4.1 | Entscheidungsstrukturen für die Steuerung des Leistungssports..... | 6 |
| 5 | Leistungssportpersonal | 7 |
| 5.1 | Trainer und Leistungssportreferent | 7 |
| 6 | Talentsuche und Talentsichtung | 7 |
| 6.1 | Maßnahmen in Zusammenarbeit mit Schulen | 8 |
| 7 | Kadersystem..... | 8 |
| 7.1 | Kaderbildung | 8 |
| 7.2 | Kaderförderung | 8 |
| 8 | Wettkampf- und Trainingssystem | 9 |
| 8.1 | Wettkampfsystem | 9 |
| 8.2 | Aufbau des Trainingssystems | 9 |
| 9 | Stützpunkt | 10 |
| 9.1 | Stützpunkt Langenhagen/ Hannover..... | 10 |
| 10 | Leistungssporttreibende Vereine | 11 |
| 11 | Traineraus- und -fortbildung, Sportwissenschaft..... | 11 |
| 11.1 | Sportwissenschaft | 11 |
| 11.2 | Lehre..... | 11 |
| 12 | Prävention | 12 |
| 12.1 | Anti-Doping..... | 12 |
| 12.2 | Sexualisierte Gewalt..... | 13 |

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird in dem vorliegenden Konzept die weibliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Dies impliziert jedoch keine Benachteiligung des männlichen Geschlechts, sondern soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein.

1 Der Landesschwimmverband Niedersachsen e.V.

Der Landesschwimmverband Niedersachsen e.V. (LSN) ist mit seinen fast 51.000 Mitgliedern in Niedersachsen der Dachverband für die Sportarten Schwimmen, Wasserball, Synchronschwimmen und Wasserspringen. Er wurde im Jahr 2000 als Nachfolger des Schwimmverbandes Niedersachsen e.V. (SVN) gegründet. Der LSN ist Mitglied im Deutschen Schwimm-Verband e. V. (DSV) und im Landessportbund Niedersachsen e. V. (LSB).

Ziel des LSN ist es, Talente zu finden und auszubilden und diese in den Hochleistungssport zu überführen und hier zu etablieren. Der Deutsche Sport, so auch der LSN, fördert den leistungssportlichen Nachwuchs mit dem eindeutigen Bekenntnis zu den ethischen Prinzipien eines humanen Leistungssports, zum Primat der Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Jugendlichen, zur pädagogischen Verantwortung für einen manipulationsfreien Leistungssport und zum entschiedenen Kampf gegen Doping (DOSB).

Zusätzlich zur Betreuung und Unterstützung des Leistungssports sind ebenso wichtige Verbandsaufgaben der Breitensport, die Jugendarbeit sowie die sportliche Bildungsarbeit. Bildung ist der entscheidende Schlüssel für nachhaltigen Erfolg und die persönliche Entwicklung des Menschen. Unter Bildung verstehen wir den lebensbegleitenden Entwicklungsprozess des Menschen, bei dem er seine geistigen, seelischen, körperlichen, kulturellen und lebenspraktischen Fähigkeiten und seine personalen und sozialen Kompetenzen erweitert. Dies umfasst in der Praxis die Ausübung, Pflege und Weiterentwicklung des Schwimmsports in Niedersachsen, Förderung der Jugend, Ausbildung von Trainern, Durchführung von Leistungssport-Lehrgängen und Organisation von Sportveranstaltungen sowie tägliches Training von Landeskaderathleten.

2 Aktueller Leistungsstand

2.1 Sportliche Entwicklung in Niedersachsen

Im Zuge der im Jahr 2013 stattgefundenen Aberkennung des Landesstützpunktes Synchronschwimmen in Langenhagen, muss für den niedersächsischen Synchronschwimmsport eine Umstrukturierung im Nachwuchsleistungssport erfolgen.

Ziel des LSN Leistungssportkonzepts bzw. Strukturplans ist es, sich auf die Ausbildung von Nachwuchskaderathletinnen und auf eine Steigerung der Leistung bei nationalen Jahrgangsmesterschaften zu konzentrieren. Mit der Kadernominierung für das Jahr 2021 haben wir die Grundlagen für diese Ziele und unseren Fokus auf die jüngeren Talente gelegt (wodurch der Abfall der Kaderathletinnen in Tabelle 1 zu erklären ist). Weiter sollen diese Ziele durch die Talentsuche und Talentsichtung von niedersächsischen Sportlerinnen realisiert werden.

Tabelle 1: LSN-Kaderentwicklung 2018 – 2021.

| Jahr | OK | PK | NK1 | NK2 | LK-Ü | LK-F | LK-E | Gesamt |
|------|----|----|-----|-----|------|------|------|--------|
| 2018 | | | | | 3 | 6 | | 9 |
| 2019 | | | | | 2 | 7 | 3 | 12 |
| 2020 | | | | | 8 | 4 | 3 | 15 |
| 2021 | | | | | | 1 | 8 | 9 |

2.2 Nationaler Vergleich

Im Rahmen der ab dem Jahr 2021 notwendigen Umstrukturierungen und personellen Veränderungen erhoffen wir uns ein stetiges Wachstum der messbaren Leistungen. Bis 2024 besteht das Ziel, den Kader weiter aufzubauen und eine regelmäßige Teilnahme mit einer größeren Anzahl von jüngeren Nachwuchsathletinnen sowie eine feste Etablierung auf nationaler Nachwuchsebene zu erzielen.

Tabelle 2: Auswertung Norddeutsche Meisterschaften

| Jahr | Teilnehmer | Jahrgänge | Punkte Vorkampf | Platzierung Vorkampf | Qualifizierung Finale Kür | Punkte Finale | Platzierung Finale | | |
|----------|--|-----------|-----------------|----------------------|---------------------------|---------------|--------------------|--------|---|
| 2017 | 1 | 2004 (C) | 53,81 | 2 (8) | 1 (Solo) | 110,08 | 2 | | |
| 2018 | 0 | | | | | | | | |
| 2019 | 5 | 2004 (C) | 56,74 | 1 (10) | 2 (Duett) | 53,799 | 2 | | |
| | | 2005 (C) | 46,85 | 9 (10) | | | | | |
| | | 2008 (D) | 33,50 | 13 (14) | 3 (Duett) | | | 36,586 | 1 |
| | | | 33,31 | 14 (14) | | | | | |
| 2009 (D) | 34,57 | 12 (14) | | | | | | | |
| 2020 | Teilnahme mit 2 Soli (C und D) , 1 Duett (C) geplant – Ausfall des Wettkampfes | | | | | | | | |

Tabelle 3: Auswertung Deutsches Pflichtranglistenturnier

| Jahr | Teilnehmer | Jahrgänge | Punkte | Platzierungen | Qualifizierung Finale | Platzierung |
|------|------------|------------------------|----------------|--------------------|-----------------------|-------------|
| 2017 | 2 | 1999 (A/B) 2004 (C) | 54,63 56,18 | 60 (81) 18 (71) | 1 | 8 |
| 2018 | 0 | | | | | |
| 2019 | 2 | 2004 (C) 2005 (C) | 55,28 46,59 | 14 (59) 49 (59) | | |
| 2020 | 2 | 2004 (A/B) 2005 (C) | 52,44 52,76 | 30 (35) 36 (75) | | |

Tabelle 4: Auswertung Deutsche Jugendmeisterschaften

| Jahr | Teilnehmer | Jahrgänge | Punkte Vorkampf | Platzierung Vorkampf | Qualifizierung Finale Kür | Punkte Finale | Platzierung Finale |
|------|--|-----------|-----------------|----------------------|---------------------------|---------------|--------------------|
| 2017 | 0 | | | | | | |
| 2018 | 0 | | | | | | |
| 2019 | 0 | | | | | | |
| 2020 | Teilnahme mit 1 Soli (C) geplant – Ausfall des Wettkampfes | | | | | | |

Die Sportart Synchronschwimmen bietet aufgrund der niederschweligen Vereinsdichte in Norddeutschland weniger Wettkämpfe im Gegensatz zu Süddeutschland an, weshalb eine direkte Vergleichbarkeit mit anderen Bundesländern nicht unbedingt gegeben ist.

2.3 Internationaler Vergleich

Internationale Meisterschaften oder Ausschreibungswettkämpfe konnten in den vergangenen Jahren nicht wahrgenommen werden. Ein Ziel, um dem Nachwuchs Erfahrungen auch auf größeren Wettkämpfen zu ermöglichen und ihnen einen Einblick in das internationale Wettkampfgeschehen zu geben, ist die Teilnahme an internationalen Ausschreibungswettkämpfen. In der Vergangenheit konnten hier zum Beispiel Wettkämpfe in Luxemburg wahrgenommen werden.

Aufgrund der geringen Übungswettkämpfe vor der Teilnahme an norddeutschen und deutschen Wettkämpfen würde ein internationaler Ausschreibungswettkampf eine gewinnbringende Maßnahme zur Unterstützung der Nachwuchsathletinnen darstellen.

3 Leistungssportliche Zielsetzungen

3.1 Leitlinien und Grundsätze

Die verantwortungsvolle Aufgabe des LSN ist es, gemeinsam mit seinen leistungssporttreibenden Vereinen talentierte Kinder und Jugendliche zu sichten/fördern und auf den Weg in den Hochleistungssport zu begleiten. Neben dem Kerngeschäft „Leistungssport“ besteht die gesellschaftliche Aufgabe in der Wertevermittlung wie „Fair Play“, Disziplin, Solidarität und Teamgeist. Ferner soll allen Aktiven im Leistungssport das Element Wasser als Bewegungsraum mit Freude vermittelt werden.

Unter Leistungssport wird das intensive Ausüben eines Sports verstanden, mit dem Ziel, im Wettkampf eine hohe Leistung zu erzielen. Der Leistungssport unterscheidet sich vom Breitensport insbesondere durch den wesentlich höheren Zeitaufwand sowie die Fokussierung auf den sportlichen Erfolg.

Umgangssprachlich wird der Begriff Leistungssport oft mit Hochleistungssport (auch Spitzensport) gleichgesetzt. Der Landessportbund Niedersachsen e.V. (LSB) versteht den Begriff des Leistungssports als das Erreichen von persönlichen Höchstleistungen und internationalen Erfolgen. Der Leistungssport ist hierbei geprägt von physischen und psychischen Höchstbelastungen. Der Leistungssport versteht sich als höchste Stufe des Engagements ohne den Sport jedoch zum Arbeitsplatz zu machen. Die Ausübung des Hochleistungssports erfolgt in der Regel in einem von nationalen und internationalen Sportverbänden organisierten und strukturierten Wettkampfsystem.

An der Spitze dieses Wettkampfsystems stehen Weltmeisterschaften sowie die Olympischen Spiele. Der Hochleistungssport ist hierbei von Extrembelastungen (physisch und psychisch) geprägt. Der Sport nimmt den wesentlichen Teil des Tagesablaufs ein und wird zu einem Arbeitsplatz auf Zeit. Die Athletin richtet ihre gesamte Lebensweise auf den Sport und die gesteckten Ziele ein. Der LSN kann sich diesen Ausführungen zur Differenzierung zwischen Leistungssport und Hochleistungssport anschließen.

Ziel des LSN ist es, Talente zu sichten, weiterzuentwickeln und diese mittel- bis langfristig in den Hochleistungssport zu überführen sowie dort zu etablieren. Bei dieser Definition ist anzumerken, dass inzwischen mit den Wettkämpfen JEM/JWM und den gemäß Spitzenverband erforderlichen Trainingsumfängen von Synchronschwimmerinnen bereits im Jugendalter Hochleistungssport gemäß DSV-Rahmentrainingsplan 2020 betrieben wird. Umso wichtiger sind starke Vereine und ein verantwortungsvoller Verband, die es in Zusammenarbeit den jungen Sportlerinnen ermöglichen, eine fundierte Ausbildung zu erlangen.

3.2 Zielsetzungen

Der LSN hat als nachhaltiger, leistungssportorientierter Verband zum Ziel, eine langfristige und planmäßige Entwicklung von *nationalen* Erfolgen in der Sportart Synchronschwimmen möglich zu machen. Hierbei wird zwischen kurzfristigen-, mittelfristigen und langfristigen Zielen unterschieden.

Kurzfristige Ziele (2021/2022)

- Anerkennung des Landesstützpunktes Langenhagen/Hannover durch den LSB (2021/2022)
- Beibehaltung und ggf. Aufstockung der LSB-Basisförderung
- Etablierung von Kaderberufungsurkunden / digitalisierten Kaderanträgen
- Wiederaufnahme des Wassertrainings nach pandemiebedingten Ausfällen
- Ausbildung von mindestens einem weiteren B-Trainer für den Stützpunkt Langenhagen/ Hannover
- Ausbau der Trainingseinheiten für Kaderathletinnen durch Zuweisung entsprechend freier Trainingsstätten (Wasserzeiten/ Trockentraining)
- Akquirierung eines B-lizensierten Trainers für Trainingseinheiten an Land und das Finden einer dafür passenden Trainingsstätte
- Trainingszeit im SLZ Hannover mit Nutzung von Wasserfläche, Turnhalle und Krafraum (bei vorausgesetzter Anerkennung des Landesstützpunktes)
- Anwendung der effektivsten Didaktik und Methodik in den Traineraus- und Fortbildungen
- Durchführung einer Onlinefortbildung zum Levelsystem
- Angebot von vereinsübergreifenden Trainingswochenenden (zu Beginn einmal im Quartal)
- Fertigstellung eines Präventionskonzeptes „Schutz vor sexualisierter Gewalt“ und Realisierung von Seminaren für verschiedene Zielgruppen
- Erstellung und Erweiterung des bereits bestehenden Kaderbildungs-/ Nominierungs-Systems (bisher anhand von Trainings- und Wettkampfleistungen gebildet)
 - Abstimmung mit den 2021 etablierten veränderten Wettkampfbedingungen
 - Anlehnung an die vorgegebenen Sichtungsübungen des DSV
 - Berücksichtigung von Teilnahme an Wettkämpfen und Platzierungen

Mittelfristiges Ziel (2022/2023)

- Beibehaltung und ggf. Aufstockung der LSB-Basisförderung
- Trotz veränderter Wettkampfbedingungen (siehe Kapitel 7), Teilnahme an den norddeutschen Meisterschaften und deutschen Jugendmeisterschaften in den Disziplinen Solo und Duett sowie am deutschen Pflichtranglistenturnier
- Erhalt von Flächennutzungen (Wasserzeiten/ Trockentraining)
- (Erhalt von) Trainingszeiten im SLZ Hannover -Schwimmbecken, Turnhalle und Krafraum (bei vorausgesetzter Anerkennung des Landesstützpunktes)

- Etablierung und Umsetzung des ausgearbeiteten Kaderbildungs-/ Nominierungs-Systems
- Aufnahme von sportmedizinischen Untersuchungen in das LSB/OSP Kontingent (10 Untersuchungen für Landeskader pro Jahr)
- Erweiterung der Lehrgangsmaßnahmen (Trainingslagerkooperationen)

Langfristiges Ziel (2023/2024)

- Beibehaltung und ggf. Aufstockung der LSB-Basisförderung
- Erneute Anerkennung des Landesstützpunktes Langenhagen/Hannover durch den LSB (2023/2024)
- Stabile Teilnehmerzahl bei nationalen Jugendmeisterschaften erlangen
- Etablierung auf norddeutscher und deutscher Ebene durch die Teilnahme an Wettkämpfen mit mehreren Disziplinen und Altersklassen
- Start auf deutschen Jugendmeisterschaften in der Disziplin Gruppe der Altersklasse C
- Teilnahme von 2-3 nds. Athletinnen an internationalen Ausschreibungswettkämpfen (Disziplinen Solo und Duett)
- Erhalt von Flächennutzungen (Wasserzeiten/ Trockentraining)
- (Erhalt von) Trainingszeiten im SLZ Hannover -Schwimmbekken, Turnhalle und Krafraum (bei vorausgesetzter Anerkennung des Landesstützpunktes)
- Umsetzung des ausgearbeiteten Kaderbildungs-/ Nominierungs-Systems
- Lehrgangsmaßnahmen (Trainingslagerkooperationen)
- Einführung einer C-Lizenz Ausbildung Synchronschwimmen in Niedersachsen in Absprache mit dem Fachausschuss und dem Lehrreferententeam

4 Organisations- und Führungsstruktur

Der LSN hat es sich unter anderem zur Aufgabe gemacht, den Leistungssport und somit auch die Sportlerinnen, die eine leistungssportliche Karriere einschlagen möchten, zu unterstützen und zu fördern. Der Leistungssport stellt dabei eines der zentralen Themengebiete des LSN dar (s. Kapitel 3).

4.1 Entscheidungsstrukturen für die Steuerung des Leistungssports

Die Personalverantwortung ist präsidial durch den Präsidenten und Vizepräsidenten Leistungssport verankert. Die fachliche Verantwortung des Leistungssports liegt bisher in den ehrenamtlichen Strukturen (Fachausschuss), welche von dem hauptberuflichen Leistungssportpersonal (Leistungssportreferent) unterstützt wird.

5 Leistungssportpersonal

5.1 Trainer und Leistungssportreferent

Um die sportlichen Erfolge aus Kapitel 3 an dem Stützpunkt realisieren zu können, ist ein stabiles und kompetentes Trainerteam unumgänglich.

Um ein adäquates Trainer Team aufrechtzuhalten, ist die Ausbildung von mindestens zwei weiteren C-Trainern sowie einem weiteren B-Trainer dringend erforderlich.

Eine Übersicht der Trainer mit den jeweiligen Qualifikationen ist in Tabelle 5 wiederzufinden.

Tabelle 5: Qualifikation der Trainer in Langenhagen und Hannover

| Jahr | A-Lizenz | B-Lizenz | C-Lizenz | Trainer-Assistent |
|------|----------|----------|----------|-------------------|
| 2018 | | 2 | 2 | 2 |
| 2019 | | 2 | 2 | 2 |
| 2020 | | 2 | 2 | 4 |

In Planung ist bereits die Ausbildung von zwei weiteren B-Trainern aus Langenhagen/Hannover im Jahr 2021.

Des Weiteren gibt es in Niedersachsen eine Trainerin mit A-Lizenz (Osnabrück) und eine B sowie eine C-Lizenz (Braunschweig).

Neben der Kommunikation zum Trainerteam und dessen Führung ist die Leistungssportreferentenstelle das Bindeglied zwischen Haupt- und Ehrenamt. Alle leistungssportrelevanten Themen werden hier gebündelt, aktuelle Entwicklungen angepasst und in den Landesschwimmverband hineingetragen. Zwischen den Synchronschwimmtrainerinnen und der Fachausschussvorsitzenden erfolgen Abstimmungen, die neben dem Austausch von aktuellen Ereignissen auch dazu dienen, Mittelverwendungen gemeinsam festzulegen, Konzepte zu erarbeiten gemeinsame Ziele zu setzen/überprüfen.

6 Talentsuche und Talentsichtung

Bisher bestehen Kooperationen mit den Schwimm- und Wasserballabteilungen der Schwimmvereine in Langenhagen und Hannover. So werden Kinder, die ein Talent für eine andere Sportart zeigen, den Trainern disziplinübergreifend vorgestellt. Des Weiteren ist vorstellbar, den Schwimmunterricht in interessierten Grundschulen zur Talentsuche temporär zu begleiten.

Um den jüngsten Schwimmerinnen der Vereine in Niedersachsen, erste Wettkampferfahrungen zu ermöglichen und Talente frühzeitig zu erkennen, wird einmal im Jahr der Seestern-Wettkampf ausgerichtet. Bei diesem Wettkampf werden alle wichtigen Grundlagen und Voraussetzungen für eine erfolgreiche sportliche Laufbahn -in Form von Land- und Wasserdemonstrationen- getestet. Hier sollen auch Talente aus den

Vereinen in Braunschweig und Osnabrück frühzeitig erkannt und gefördert werden können. Die Ansprache erfolgt dabei direkt vor Ort an die Aktiven sowie die Heimtrainer. In der Vergangenheit haben zu diesem Zweck zeitweise gemeinsame, vereinsübergreifende Trainingswochenenden stattgefunden. Dies soll in Zukunft wieder regelmäßig realisiert werden.

6.1 Maßnahmen in Zusammenarbeit mit Schulen

Aktuell bestehen keine speziellen Kooperationen mit Schulen in der Region Hannover.

Pandemiebedingt ist es für die Schulen derzeit nicht möglich, Schwimmunterricht anzubieten, welches einen Zugang erschwert. Ziel ist es, von Verbandsseite auf eine (Grund-) Schule zuzugehen und den Unterricht vereinzelt zu begleiten. Hierdurch soll auf die Sportart Synchronschwimmen aufmerksam gemacht und gleichzeitig Talente gesichtet werden. Diese Zielstellung verlangt eine Flexibilität vorwiegend im Vormittagsbereich ab, in der die Grundschulen ihren Schwimmunterricht durchführen. Die Umsetzung hängt dabei maßgeblich von den personellen Kapazitäten ab, welche derzeit aufgrund von hauptberuflichen Tätigkeiten in anderen Berufsfeldern nicht umzusetzen ist.

7 Kadersystem

7.1 Kaderbildung

Die Kaderbildung fand bisher aufgrund von Trainingsleistungen und Teilnahme an Wettkämpfen statt. Durch die Erstellung eines Nominierungssystems wird sie mittelfristig in Anlehnung an die Sichtungübungen des DSV erfolgen. Des Weiteren soll im neuen Nominierungssystem die in 2021 etablierten veränderten Wettkampfbedingungen berücksichtigt werden. Das System wird Altersklassen entsprechend gestaltet. Außerdem wird die erfolgreiche Teilnahme und Platzierung an Wettkämpfen auf Landes- sowie nationaler Ebene berücksichtigt.

7.2 Kaderförderung

Die Leistungsförderung wird durch den LandesSportBund Niedersachsen e.V. realisiert und ermöglicht somit eine Finanzierung von Trainerpersonal, Lehrgangmaßnahmen/Meisterschaftsteilnahmen oder Trainingsmittelbeschaffungen.

Für die Gewährleistung eines kontinuierlichen, altersgerechten Förderns und Forderns der jungen Talente sollen zudem regelmäßige zusätzliche Trainingseinheiten und/oder Trainingswochenenden stattfinden (zu Beginn einmal im Quartal, danach einmal im Monat). Innerhalb dieser Trainingseinheiten werden die Synchronschwimmerinnen individuell und intensiv außerhalb des normalen Trainings gefördert.

Hauptaugenmerk liegt dabei vor allem auf der Verbesserung der Technik, sowie vor Wettkämpfen auf den Küren. Durch Trockentrainingseinheiten werden außerdem weitere wichtige Voraussetzungen wie die Kraftausdauer, Schnellkraft und Flexibilität trainiert.

8 Wettkampf- und Trainingssystem

8.1 Wettkampfsystem

Die Teilnahme an Wettkämpfen erfolgte im Synchronschwimmen bislang ohne eine nötige Qualifizierung im Vorfeld. Bei Wettkämpfen auf nationaler Ebene, fand ein Vorkampf statt, wodurch eine Qualifizierung für das Finale möglich war. Zudem wurden für die verschiedenen Altersklassen zu erzielende Punkte vorgegeben. Bei Nichterreichen, mussten die jeweiligen Vereine eine Strafgebühr zahlen.

Seit 2020 gibt es im DSV eine veränderte Struktur mit einem Bewertungssystem, welches die Teilnahme an Wettkämpfen in Zukunft spezifizieren soll. Dieses beinhaltet ein Punkte-/ Levelsystem. Je nach erzielten Punkten darf an Wettkämpfen auf den verschiedenen Ebenen teilgenommen werden. Das neue System konnte 2020 auf Grund von Corona und fehlenden Wettkämpfen jedoch nicht erprobt werden. Dadurch steht die endgültige Struktur noch nicht ganz fest. Das System soll nun in 2021 in die Testphase gehen und die Aktiven schrittweise entsprechend ihres Niveaus eingestuft werden.

8.2 Aufbau des Trainingssystems

Die Basisausbildung der jungen Athletinnen obliegt den Vereinen. Eine weiterführende Ausbildung erfolgt im Altersverlauf und nach Leistung am Stützpunkt Langenhagen/Hannover.

Das Training der jeweiligen Trainingsgruppen richtet sich nach Alter und Leistungsstand. Es existiert für alle Kadersportler eine im Kadervertrag geregelte Teilnahmepflicht für das wöchentliche Training. Da die festen Kadertrainingseinheiten erst etabliert und passende Trainingsstätten gefunden werden müssen, werden in der nachstehenden Tabelle 6, die derzeitigen Trainingseinheiten am Stützpunkt aufgelistet.

Tabelle 6: Trainingseinheiten am Stützpunkt pro Woche

| | männlich | weiblich |
|-----------------------|---------------------|---------------------|
| AK E (unter 9 Jahren) | 3 TE 2xW/1xL | 3 TE 2xW/1xL |
| AK D (9-12 Jahre) | 3-4 TE 2-3xW/1xL | 3-4 TE 2-3xW/1xL |
| AK C (13-15 Jahre) | 4 TE 3xW/1xL | 4 TE 3xW/1xL |
| AK B (16-17 Jahre) | 5 TE 4xW/1xL | 5 TE 4xW/1xL |
| AK A (18-19 Jahre) | 5 TE 4xW/1xL | 5 TE 4xW/1xL |

AK =Altersklasse; TE =Trainingseinheiten pro Woche; W =Wasser; L =Land

9 Stützpunkt

Langenhagen/ Hannover

Wasserwelt Langenhagen

Theodor-Heuss-Straße 60, 30853 Langenhagen

Träger: Stadt Langenhagen

9.1 Stützpunkt Langenhagen/ Hannover

Am Stützpunkt Langenhagen/ Hannover findet das vereinsübergreifende Training der Landeskaderathletinnen bisher in der Wasserwelt Langenhagen sowie im Stöckener Bad in Hannover statt.

Schwimmhalle

Die Wasserwelt Langenhagen hat ein 25 x 12,5-Meter-Becken (6 x 25 Meter-Bahnen). Der Betreiber ist die Stadt Langenhagen. Das Schwimmbad ist ein Neubau und wurde Ende 2017 eröffnet. Ein separates Sprungbecken bietet ausreichend Tiefe um Sprünge und Hebefiguren zu trainieren.

Das Stöckener Bad verfügt ebenfalls über ein 25 x 12,5-Meter-Becken (6 x 25 Meter-Bahnen). Ein separates Sprungbecken bietet ausreichend Tiefe um Sprünge und Hebefiguren zu trainieren. Das Sportbecken hat eine Tiefe bis zu 2,5m was gute Bedingungen für das Kürtraining darstellt.

Zur Optimierung der Rahmenbedingungen besteht kurz- bis mittelfristig der Bedarf, eine Nutzung auf die Trainingsstätten im Sportleistungszentrum auszuweiten.

10 Leistungssporttreibende Vereine

Die Sportlerinnen, die bei Wettkämpfen auf nationaler Ebene teilnehmen, rekrutieren sich aus zwei niedersächsischen sporttreibenden Vereinen. Dem SV Langenhagen´71 und dem SV Aegir´09 Ricklingen. Im erweiterten Nachwuchsleistungssport des Landesschwimmverbandes (Landesmeisterschaften) nehmen neben den bereits aufgezählten Vereinen, zwei weitere Vereine in den verschiedenen Altersbereichen teil. Dies sind der SC Osnabrück´04 und der SSC Germania´08 Braunschweig.

11 Traineraus- und -fortbildung, Sportwissenschaft

11.1 Sportwissenschaft

Es existieren keine Projekte hinsichtlich der Zusammenarbeit mit Universitäten.

11.2 Lehre

Als Landesschwimmverband Niedersachsen erfüllen wir unseren Bildungsauftrag dadurch, dass wir stets unsere Inhalte und Lernziele überprüfen und aktualisieren, für einladende Bildungsgelegenheiten und Lernorte sorgen, Lern- und Bildungsabläufe so organisieren, dass Menschen sich mit ihren Interessen und Bedürfnissen wohlfühlen und weiterentwickeln können. Dabei versuchen wir Rücksicht auf die sich verändernden Rahmenbedingungen in der Arbeitswelt zu nehmen. Wir ermutigen insbesondere unsere ehrenamtlichen und hauptberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Lernanlässe zu erkennen und sich durch Wissenszuwachs weiterzuentwickeln in dem guten Gefühl, für die Gemeinschaft wichtig zu sein.

Eine erfolgreiche Nachwuchsförderung steht und fällt mit qualifizierten und engagierten Trainern nicht nur auf Verbandsebene, sondern auch auf Vereinsebene. Um Kinder und Jugendliche an den Leistungssport heranzuführen ist ein fundiertes und umfassendes Wissen unumgänglich, damit vielseitig ausgebildete Sportler in das LSN Kadersystem berufen werden können. Die meisten Trainer in unserer heutigen Vereinslandschaft sind nebenberuflich beschäftigt und haben häufig keine sportwissenschaftliche Ausbildung durchlaufen. Aus diesem Grund richtet sich das Aus- und Fortbildungsangebot des LSN und seiner Gliederungen in erster Linie an interessierte Mitglieder sowie bereits (teil-) qualifizierte Mitarbeiterinnen in den dem LSN angehörigen Vereinen. Der LSN bietet Qualifikationsmöglichkeiten für Einsteiger und Fortgeschrittene, die sich sowohl auf die Anforderungen im Trainings- und Übungsbetrieb als auch auf Tätigkeiten und Reglements vorbereiten, die im Zusammenhang mit der Organisation und der Durchführung von Wettkampf und Spielbetrieb stehen. Darüber hinaus gehören

Schulungsangebote für die LSN Referenten in der Aus- und Fortbildung sowie für Führungskräfte in den Vereinen zum Angebot.

Das Ausbildungssystem

Das LSN Ausbildungssystem basiert auf den Rahmenrichtlinien (RRL) des Deutschen Schwimm-Verbandes e.V. (DSV), welche wiederum durch den Deutschen Olympischen Sportbund e.V. (DOSB) geprüft worden sind. Im LSN erhalten die angehenden Trainer die Möglichkeit für die Sportarten Schwimmen, Wasserball und im Breitensport eine Trainer-C-Lizenz (1. Lizenzstufe) und in einem weiteren Schritt eine Trainer-B-Lizenz (2. Lizenzstufe) zu erwerben. Die Trainer-A-Lizenz Ausbildung (3. Lizenzstufe) obliegt dem Spitzenverband. Der LSN bietet momentan keine Ausbildungen für die Sportart Synchronschwimmen an. In Rücksprache mit dem Fachausschuss und dem Lehrreferententeam sollen mittel- bis langfristig Kapazitäten gemeinsam geprüft werden. Zur Erlangung der B und C-Trainerlizenz wurde zuletzt auf die Angebote anderer Landesschwimmverbände zurückgegriffen. Fortbildungen für B- und C- Trainerlizenzen werden im LSN Ausbildungssystem angeboten.

Die derzeit vorliegenden Lizenzen können in Kapitel 5, der Tabelle 5 entnommen werden.

Grundausbildung (Trainerassistent)

Der Trainerassistent stellt einen Einstieg mit Orientierungsfunktion in das Qualifizierungssystem dar. Diese Einstiegsausbildung dient der Motivierung, Orientierung und Vorbereitung junger und erwachsener Menschen für die Übernahme von Verantwortung und Engagement in den (Schwimm-) Sportvereinen. Sie qualifiziert für eine unterstützende Tätigkeit sowohl in sportpraktischen als auch überfachlichen Bereichen. Die Grundausbildung stellt den Einstieg für eine qualifizierte Trainerlaufbahn dar. Die Organisation und Durchführung liegt bei den vier Bezirksschwimmverbänden.

12 Prävention

12.1 Anti-Doping

Ein jährlicher Nachweis über durchgeführte Anti-Doping-Maßnahmen werden dem LSB am Ende jeden Jahres nachgewiesen. Zudem führt jede Kadersportlerin einmal im Jahr über die E-Learning Plattform der NADA einen Kurs durch und weist dies dem LSN zusammen mit dem Kaderantrag über ein Zertifikat nach. Ergänzend erhalten Trainer in der LSN-Ausbildung umfassende Aufklärung und werden in der Ausbildung zur Unterzeichnung und Einhaltung des DOSB-Ehrenkodex verpflichtet.

12.2 Sexualisierte Gewalt

Die Vorlage eines erweiterten polizeilichen Führungszeugnisses ist innerhalb der Arbeitsverträge der Trainer*innen fest verankert und soll im Schulterschluss mit einem LSN-Präventionskonzept alle drei Jahre in aktualisierter Form vorgelegt werden. In der Traineraus- und Fortbildung findet bereits eine Sensibilisierung für das Thema statt. Von Verbandsseite gilt es, weitere Personenkreise (Kinder und Jugendliche und Eltern) für das Thema zu sensibilisieren und zu schützen. Die Umsetzung soll im Rahmen einer gesonderten Informationsveranstaltung zusammen mit der Fachsparte Synchronschwimmen/dem Präsidium und/oder im Zuge einer Trainingsmaßnahme (Kaderlehrgang) realisiert werden.

Innerhalb des LSB bietet die Clearingstelle gegen sexualisierte Gewalt im Sport verschiedene Angebote an.