



Handball-Nachwuchsförderung des HRV Aargau Plus

**Regionales Leistungszentrum
(RLZ)**

1. Ausgangslage:

Der HRV Aargau Plus ist der Dachverband für 60 Vereine im Kanton Aargau und Raum Olten. Mit rund 3'200 lizenzierten Handballer, sind wir der drittgrösste Regionalverband und haben die grösste Dichte an Handballerspielenden in der Schweiz. Die Medien sprechen gar von einer Handball-Hochburg. Unser Hauptbestreben besteht darin, Handball im Breitensport zu fördern und zu verankern und den Leistungssport in unserer Region zu unterstützen. Das heisst, der HRV Aargau Plus engagiert sich dafür, dass talentierte Jugendliche die Voraussetzungen vorfinden, die schulische Ausbildung mit dem Leistungssport zu vereinbaren.

Die beiden Vereine HSC Suhr Aarau (ehemals TV Suhr) und TV Endingen spielen in der Saison 2009/10 in der Nationalliga A, der TV Muri in der Nationalliga B der Männer. Der TV Zofingen spielt in der Nationalliga A der Frauen.

Viele der bisherigen Spieler des Regionalen Leistungszentrums sind inzwischen Stammkräfte in diesen Mannschaften.

Um auch in Zukunft Spitzenhandball in der Region spielen zu können, ist ein professionelles Ausbildungskonzept erforderlich.

Das Sportschulkonzept bietet nun dem Verband die Möglichkeit, ein Regionales Leistungszentrum für den Jugendnachwuchs aufzubauen und die Vereinen im Jugendbereich zu unterstützen.

2. Konzept: „Leistungssportförderung im Kanton Aargau“ des BKS

Das Departement für Bildung, Kultur und Sport erarbeitet aktuell ein Konzept zur Förderung von Leistungssport im Kanton Aargau. Die Handball-Nachwuchsförderung muss immer ein Teil dieser ganzheitlichen Idee sein. Dazu gehört die finanzielle Absicherung aller Fördermodelle, die Individualförderung (z.B. Swiss Talent-Card) und die Verknüpfung von Leistungssport und Bildung.

Dabei wird bei den Jugendlichen von einer gezielten Leistungssportförderung ab dem 13. - 14. Lebensjahr ausgegangen.

Im Weiteren werden folgende wichtigen Punkte zur Verbesserung der Sportförderung genannt:

- Räumliche Bündelung
- Selektion der Sportler
- Belastungsumfang
- Trainerqualifikation

3. Ziele des RLZ: Handball-Nachwuchsförderung des HRV Aargau Plus

Ziel aller Bemühungen ist, die Handball- Nachwuchsförderung im Kanton Aargau deutlich zu verbessern durch:

- Verbindung von gezieltem Sporttraining und dem Schulstundenplan
- Erhöhung der Trainingsstunden der Sportler
- Verstärkung der athletischen und individuellen Ausbildungsteile
- Ganzheitliche Betreuung der Sportler

Handball-Nachwuchsförderungskonzept

4. Projekt „Schule und Sport“ an der Kreisschule Buchs-Rohr

Die Kreisschule Buchs-Rohr bietet mit der Sportschule die Rahmenbedingungen für die optimale Verzahnung von Sport und Schule. Alle Schulniveaus der Sekundarstufe I können dort besucht werden.

Die Kreisschule Buchs Rohr hat von Swiss Olympic den Status einer „Swiss Olympic Partner School“ erhalten.

Der Stundenplan wird so geplant, dass von den Schülern sechs Trainingseinheiten im Rahmen des Stundenplans absolviert werden können.

Andere Sportarten an der Sportschule sind Fussball (FC Aarau), Schwimmen (SC Aarefisch), Tennis (Swiss Tennis) und Mountainbike (Swiss Cycling).

Stundeplan für die Sportler an der Sportschule Buchs-Rohr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Mittagstisch mit Betreuung				

- Morgens wird der Unterricht in der Regelklasse besucht, je nach Schultyp (Real-, Sek- oder Bezirksschule)
- Nachmittags oder je nach Stundenplan der Regelklasse wird der Förderunterricht besucht. Dieser Unterricht findet in der Kleingruppe statt.
- Trainingsfenster für Sporttraining

Der betreute Mittagstisch ist fester Bestandteil der Sportschule. Die Eltern tragen die dafür entstehenden Kosten von ca. 2500 Franken jährlich selbst.

Neben den sechs in den Schulstundenplan eingefügten Trainingseinheiten, sollen die Spieler 2-3mal wöchentlich im Verein trainieren. Der Gesamttrainingsumfang ist bei zirka 14-15 Stunden anzusiedeln.

5. Trainingsschwerpunkte

Gemäss der Ausbildungsphilosophie des HRV Aargau Plus und den Bestimmungen zum Erhalt der Qualifizierung „Regionales Leistungszentrum“ (bzw. Rookies Label) werden die Sportschuleinheiten im athletischen, koordinativen und individualtechnischen bzw. -taktischen Bereich liegen.

Die Wochenaufteilung sieht folgendermassen aus:

Ausdauertraining: Regelmässig 1 mal pro Woche, je nach Saisonplan im entsprechenden Ausdauerbereich.

Krafttraining: Regelmässig 2 mal pro Woche Krafttraining inkl. Stabilisationstraining, Davon 1 mal pro Woche wird das Training im Hirslanden Training absolviert. Die Spieler werden zusätzlich von einem Sportphysiotherapeuten betreut.

Koordination: Regelmässig Koordinationsanteile exklusiv oder integriert.

Polysportiv: In Kooperation mit den andern Sportarten verschiedene Scherpunktstage und Wochen.
Zusätzlich 1 mal pro Woche Polysport.
Leichtathletik und Turnen sind Ausbildungsbestandteile.

Individuelles Handballtraining:

An der Sportschule wird primär Individualtechnische bzw. Individualtaktische Ausbildung geleistet.

Mannschaftstraining:

In den Vereinen wird die primäre Ausrichtung auf alle Arten des Mannschaftstrainings, insbesondere der Mannschaftstaktik, geleistet.

6. Selektion der Sportler

Mindestvoraussetzung für eine Aufnahme an der Sportschule bzw. für das Regionale Leistungszentrum ist die Selektion für die Regionalauswahl des HRV Aargau Plus. Dies gilt sowohl für den männlichen, wie auch für den weiblichen Bereich.

Grundsätzlich können nur Spieler ausgewählt werden, welche:

- Langfristig Nationales Potenzial haben
- Bereit sind, einen grossen zusätzlichen Aufwand zu leisten
- Die Unterstützung des Elternhauses haben
- Über eine gute Selbststeuerung und Eigenmotivation verfügen

7. Trainer, sportliches Umfeld

Trainer ist Pascal Heuberger, 1976, Primarlehrer, Inhaber der deutschen B-Lizenz, J+S Trainer und des TKG-Swiss Olympic. Pascal Heuberger ist gleichzeitig Trainer der männlichen Regionalauswahl Aargau Plus.

Die medizinische Betreuung wird im Rahmen der Sportschule von der Hirslanden Gruppe übernommen. Dies umfasst die physiotherapeutische Betreuung, Betreuung des Krafttrainings im Trainingszentrum der Hirslanden in Aarau sowie Sofortzugang zu medizinischen Leistungen im Verletzungsfall.

Die Betreuung der Sportschüler an der Sportschule wird durch Thomas Merkhofer, Schulleiter der Kreisschule Buchs Rohr, geführt.

8. Zusammenarbeit mit den Vereinen

Grundsätzlich laden wir jeden Verein zur aktiven Zusammenarbeit mit dem RLZ ein. Aus sportlicher Sicht macht vor allem die Abstimmung mit den Vereinen, die eine U17 und U19-Inter-Mannschaft stellen, Sinn.

Die Aufteilung in Individuelle Ausbildung und Mannschaftstaktische Trainingsarbeit verhindert zu viele Überschneidungen, welche wiederum einen höheren Koordinationsaufwand erfordern würden.

Durch die Verknüpfung von Regionalauswahl und Sportschule/RLZ werden die Spieler relativ lange zusätzlich ausserhalb der Vereinsstrukturen gefördert. Dies bedarf eines gewissen Vertrauens von Seiten der Vereine.

Im Verlaufe dieser Zeit kann es auch zu Vereinswechseln von Spielern kommen. Dabei sollte sowohl die Voraussetzungen und Ziele des Spielers, der Bedarf der Vereine wie auch die Gesamtentwicklung des Aargauer Nachwuchssportes berücksichtigt werden.

9. Andere Fördermodelle für Jugend-Leistungssportler im HRV Aargau Plus

Die Regionalauswahlen im männlichen und weiblichen Bereich sind für die Erfassung und oft auch für das erste Leistungssport-orientierte Training zuständig. Aus diesen Gefässen werden die geeignetsten Spieler für die weiteren Fördermodelle ausgesucht.

Auf Sekundarstufe 1 ist dies das RLZ 1 mit der Verknüpfung mit der Sportschule, sowie die zusätzliche Trainingsgruppe für Mitglieder der weiblichen Regionalauswahl.

In der Sekundarstufe 2 nimmt das RLZ 2 Spieler auf, welche im Erwachsenenbereich spielen. Dies allerdings nur in den beiden Trainingsfenster am morgen, ansonsten wird im Verein trainiert.

Im weiblichen Bereich bietet Christian Müller, Trainer des TV Zofingen und gleichzeitig Lehrer an der Sportkanti Aarau, zusätzliche Trainingseinheiten für Leistungssportlerinnen an.

10. Erfolge

Die Sportschule und das RLZ hat sich in den drei Jahren des Bestehens etabliert. Die Erfolge, messbar an erfolgreich ausgebildeten Spielern, sind hervorragend.

So besteht das Kader der 1. Mannschaft des TV Endingen (Nationalliga A) zu mehr als der Hälfte aus ehemaligen/ aktuellen Teilnehmern des Regionalen Leistungszentrums des HRV Aargau Plus.

In allen Jugendnationalmannschaften sind unsere Spieler zahlreich vertreten und mitprägend für die jeweilige Mannschaft.

Unsere erste Generation (Jahrgänge 90/91) hat sich inzwischen in die Nationalliga A und B vorgearbeitet.

Zwei Spieler trainieren/ spielen in den Organisationen deutscher Bundesligisten und besuchen deren Internate.

Der erste ehemalige Sportschüler hat einige Lehrgänge der A-Nationalmannschaft absolviert.

11. Zukunftsaussichten

Die Umwälzungen im Bereich der Volksschule hat durch die Verknüpfung von Sportschule und RLZ sicher auch Auswirkungen auf letzteres. Diese sind aber zur Zeit noch nicht abzuschätzen.

Die Erfassung und Förderungen leistungs- und begeisterungsfähiger junger Sportler werden wir intensivieren müssen. Das Gefäss dafür bleibt weiter die Regionalauswahl, welche allenfalls auszubauen wäre.

Die Errungenschaften des RLZ, der Sportschule und der Sportkanti sind langfristig zu sichern und aus zu bauen. Einst als Pioniermodell gehandelt, haben uns andere Schulen inzwischen überholt.

Die Vision eines „Team Aargau“ in welchem die Spieler nicht nur zusammen trainieren sondern auch zusammen spielen, sollte langfristig weiterverfolgt werden.

12. Finanzierung

Die jährlichen Kosten werden auf etwa 40'000 - 45'000 Franken geschätzt. Diese werden durch Fördergelder J+S, Sport/Toto und Sponsorengelder gedeckt.

Die Eltern bezahlen eine Kostenbeteiligung von 2500 Franken an die Kreisschule Buchs Rohr. Darin eingeschlossen sind die Betreuungskosten, Krafttraining und der Mittagstisch.