

3. Mai 2025

Trainingsmaßnahmen NK 2 – allgemeine Informationen

Mit den Trainingsmaßnahmen des NK 2 soll im Wettkampfklettern im Nachwuchsbereich – vornehmlich von der U15 bis zur U19 – unter Koordinierung durch den Bundesverband und bei Ausrichtung durch die Landesverbände eine Unterstützung der Athlet*innen im Übergang zwischen Landes- und Bundeskader; zwischen nationalen und internationalen Wettkämpfen erfolgen. Durch die Beteiligung von Bundes- und Landestrainer*innen an der Umsetzung und Betreuung der Maßnahme, soll zudem ein kollegialer Austausch erfolgen.

Teilnahme

Die Teilnahme an den Maßnahmen ist grundsätzlich zunächst den Athlet*innen des NK 2 vorbehalten. Ergänzend ist bei disziplinbezogenen Maßnahmen der entsprechende Fokus maßgebend. Nach Rücksprache mit den zuständigen Trainer*innen, können NK-1-Athlet*innen teilnehmen. Weitere Teilnehmer*innen können eingeladen werden. Hierzu muss vorab eine Absprache mit dem Teammanager des Nachwuchskaders erfolgen unter Einbeziehung der/des zuständigen Landestrainers/in.

Während den Lehrgangszeiten ist die unmittelbare Anwesenheit von Eltern oder persönlichen Coaches nicht vorgesehen. Die Unterstützung durch Trainer*innen aus den Landesverbänden wird vorab koordiniert.

Kosten

Zur Teilnahme an der Maßnahme kann durch den Ausrichter eine Unkostenpauschale erhoben werden (Eintritt, ggf. gemeinsame Mahlzeit, etc.). Diese wird in der Ausschreibung benannt. Die Klärung der Übernahme der Kosten durch die jeweilige Sektion oder den Landesverband liegt in der Hand der Athlet*innen.

An- und Abreise, Übernachtung

Die An- und Abreise ist individuell zu gestalten; es erfolgt keine Kostenerstattung durch den Bundesverband. Nach Möglichkeit wird durch den Ausrichter ein Angebot einer gemeinsamen Übernachtung im Team gemacht. Die Annahme ist in jedem Fall freiwillig.

Ausschreibung und Meldung

Die Ausschreibung mit den relevanten Informationen wird bis spätestens 10 Tage vor Beginn der Maßnahme veröffentlicht. Die Meldefrist für die Trainingsmaßnahme ist 5 Tage nach Veröffentlichung der Ausschreibung.

Trainingsmaßnahme NK 2 – Ausschreibung

[10] Disziplinmaßnahme Lead Augsburg

Inhaltliche Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wettkampfsimulation / Erarbeiten / Training ▪ Disziplinspezifisches Training Lead ▪ Aufwärmroutine vor dem Wettkampf
Termin	24. und 25. Mai 2025
Zeitplan [vorläufig]	<p>Samstag, 24. Mai</p> <p>10:00 – Begrüßung</p> <p>10:15 – Selbständiges WarmUp - <i>Wettkampfsimulation</i> -</p> <p>11:10 – Routenbesichtigung 1 (6min.) Jugend U17 & U19 & U21</p> <p>11:30 – Onsight Route 1 + Reflektion 13:20 – Routenbesichtigung 2 (5min.) Jugend U17 & U19 & U21</p> <p>13:30 – Onsight Route 2 + Reflektion</p> <p>15:20 – Routenbesichtigung 3 (4min.) Jugend U17 & U19 & U21</p> <p>15:30 – Onsight Route 3 + Reflektion</p> <p>17:00 – Besprechung Individuelle / offen Rückfragen (Flo & Daniel)</p> <p>17:30 – Erarbeite je 2er Routen, für Sonntag freie Routen Wahl, ob aus den Bestehenden oder der Simulation, in deinem oberen Schwierigkeitsgrad, Projekt Level....</p> <p>18:30 – Ende</p> <p>19:00 – Abendessen (PHO3)</p> <p>Sonntag, 25. Mai</p> <p>09:00 – Begrüßung</p> <p>09:15 – Erarbeiten Warum Up vor den Wettkampf</p> <p>10:30 – “Fight mode” (in 2er-Teams) - 2x Tour in deinem oberen Schwierigkeitsgrad</p> <p>12:30 – Ausdauerinheit 2er / 3er Satz / Pyramide</p> <p>14:30 – Cool Down / Ausrollen</p> <p>15:00 – Abschluss</p>
Ort	Landesleistungszentrum Augsburg Ilsungstraße 15B, 86161 Augsburg
Teilnahme	<ul style="list-style-type: none"> ▪ NK 2 – Disziplinen Bouldern & Lead U17+

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ NK 1 – Disziplinen Bouldern & Lead nach Absprache mit Jannik (Meldefrist beachten!) ▪ Gäste nach Rücksprache über Landesverbände (Meldefrist beachten!)
Meldung (und Kontakt Zuständige)	<p>Bis spätestens 8. Mai 2025 via E-Mail an johannes.lau@alpenverein.de [als Teammanager NK für den Bundesverband] und an den Bergsportfachverband als Ausrichter über den Link https://www.bergsportfachverband.de/klettern-wettkampfanmeldung.html?id=451</p>
Materialliste	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Klettersachen (mind. 1 Seil je 2 Personen; bitte absprechen) ▪ Sportschuhe ▪ Erwärmungstools ▪ Schreibsachen
Verpflegung	<p>Für Samstagabend ist ein gemeinsames Essen im PHO3 (Asiate) geplant. Die Kosten sind selbst zu übernehmen. Im Weiteren eigenständig.</p>
Kosten	30,- €
Bekleidung	Oberbekleidung Bundes- oder Landeskader (ggf. Absprache mit Landesverband) während des Lehrgangs
Übernachtung	In eigener Organisation
Deine To-Dos	<p>Bis 8.5.: Rückmeldung zur Teilnahme</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ via E-Mail mit Betreff „NK 2 Speed Augsburg“ an Johannes und ▪ via Link an den BFB