



**BAYERISCHER LEICHTATHLETIK-VERBAND E.V.**  
**BEZIRK NIEDERBAYERN**



E-KADER KOORDINATORIN

**Stephanie Schwaiger**

Auggenthal 16  
94133 Röhrenbach  
Telefon: 08551/913614  
Handy: 0151/54627991  
Fax: 08551/910592  
E-Mail: [steffischwaiger@gmx.de](mailto:steffischwaiger@gmx.de)

[Stephanie Schwaiger · Auggenthal 16 · 94133 Röhrenbach](mailto:steffischwaiger@gmx.de)

## **an alle Vereine in Niederbayern**

### **E-Kader 2012/2013 für die Jahrgänge 1999 und 2000**

#### **- Ausschreibung zur Talentiade -**

Am Sonntag, den 14. Oktober 2012 wird der Bezirk Niederbayern im Sportzentrum der Universität Passau junge Athletinnen und Athleten der Jahrgänge 1999 und 2000 sichten und ca. 35 von ihnen in den E-Kader berufen. Der E-Kader ist die erste Förderungsstufe im Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV) und wird auf Bezirksebene durchgeführt.

**Der E-Kader zielt sowohl auf die Weiterbildung und Information der Heimtrainer, als auch auf die Sichtung und sportliche Förderung der Nachwuchs-Athleten ab.  
Folglich ergibt sich die These, wonach eine im Rahmen der E-Kader-Lehrgänge kontinuierliche und auf die Inhalte des Rahmentrainingsplans „Grundlagentraining“ basierende Zusammenarbeit mit ausgewählten Athleten und deren Heimtrainern, zu einer inhaltlichen Weiterentwicklung des Heimtrainings führen muss.**

Bitte beachten Sie hierzu die Ausführungen der E-Kader-Konzeption des BLV. Diese ist zu finden unter [www.blv-sport.de](http://www.blv-sport.de) → Leistungssport → E-Kader → E-Kaderkonzeption ([http://www.blv-sport.de/fileadmin/kader/E-Kader\\_Konzeption.pdf](http://www.blv-sport.de/fileadmin/kader/E-Kader_Konzeption.pdf))

Die E-Kaderkonzeption schreibt vor, dass alle zu berufenden Athletinnen und Athleten sich einem Talenttest zu stellen haben. Dabei soll der Nachweis einer umfassenden Grundausbildung erbracht werden. Es werden Schnelligkeit (30m fliegend), Sprungkraft (Fünferhopp), Wurfkraft (Medizinballschocken vorwärts) und die Ausdauer (Cooper-Test = 12 Minuten ununterbrochenes Laufen) getestet und gemäß einem Punktesystem (0 bis 10 Punkte) bewertet. Die Punktetabelle kann der Seite 4 der o.g. E-Kaderkonzeption entnommen werden.

Wichtige Bausteine in der Sportart Leichtathletik sind außerdem Athletik und Turnen. Leider werden sie in den Schulen nur noch in unzureichendem Maße vermittelt und geschult. Dabei kommt kaum eine Sportart ohne diese Bausteine aus. Athletik und Turnen gehören zu den Grundlagen, genauso wie das Erlernen von Laufen, Springen und Werfen.

Aus diesem Grund werden in der Talentiade, im Teil des gemeinsamen Aufwärmens, Übungen aus dem athletischen und turnerischen Bereich durchgeführt.

Auf der folgenden Seite befinden sich ein detaillierter Ablaufplan sowie weitere wichtige Informationen zur Talentiade.



**Ausschreibung Talentiade 2012**  
**Sportzentrum Universität Passau, Innstraße 45, 94032 Passau**

**9:00 Uhr: Begrüßung**

**9:15 Uhr: Gemeinsames Aufwärmen mit athletischen und turnerischen Elementen**

Jeder Teilnehmer sollte folgende Übungen mindestens in der Grobform beherrschen:

- Übungen des Lauf ABCs (Skippings, Kniehebelauf, Anfersen, Hopslerlauf etc.)
- Rollen vorwärts und rückwärts
- Handstand
- Rad auf beide Seiten
- Liegestütze

**10:15 Uhr: Testübungen**

- 30m fliegend (bei passendem Wetter im Stadion)
- Fünferhopp aus dem Stand (ohne Anlauf, mit beidbeiniger Landung, evtl. im Stadion)
- Medizinballschocken vorwärts (übertreten nach Abwurf ist erlaubt)
- Cooper-Test (im Stadion)

**danach: Mittagspause (Selbstversorgung)**

**14:00 Uhr: Abschlussspiele**

**14:30 Uhr: Siegerehrung und Verabschiedung**

**Wir bitten um Verständnis, dass am Tag der Talentiade keine verbindliche Aussage über die Aufnahme in den E-Kader getroffen werden kann. Die Auswahl wird in einer gesonderten Sitzung des E-Kaderteams durchgeführt. Die ausgewählten Athletinnen und Athleten sowie deren Heimtrainer erhalten in der Woche nach der Talentiade persönliche Einladungen und einen detaillierten Ablaufplan bzgl. der geplanten Kadermaßnahmen.**

Teilnahmeberechtigt an der Talentiade sind alle Athletinnen und Athleten der Jahrgänge 1999 und 2000.

Der Anmeldebogen liegt diesem Schreiben bei und muss bis spätestens 07.10.2012 an mich zurück gesandt werden (per Fax, Brief oder E-Mail).

Sollte eine Athletin oder ein Athlet am 14.10.12 aus wichtigem Grund nicht an der Talentiade teilnehmen können, kann der Heimtrainer einen schriftlichen Antrag auf Aufnahme in den E-Kader stellen. Dabei muss er die Leistungen seines Athleten der Saison 2012 angeben. Aufgrund dieser Leistungen entscheidet das E-Kaderteam, ob der Athlet in den E-Kader aufgenommen wird.

**Vorschau:**

Im Rahmen der E-Kadermaßnahmen wird für die Heimtrainer eine Fortbildung/Workshop angeboten, die neben der (aktiven) Hospitation des Trainings auch einen theoretischen Teil aufweist. Wie bereits im letzten Jahr, werden auch in diesem Jahr Fortbildungsstunden gut geschrieben. Die Eltern der Athleten sind bei den Fortbildungen ebenfalls herzlich willkommen.

Solltet Ihr noch Fragen bezüglich der Talentiade haben, stehe ich Euch gerne zur Verfügung.

Mit sportlichen Grüßen

*Steffi Schwaiger*