



**DKB**

Deutscher Kegler- und Bowlingbund e.V.

# Strukturplan 2010 – 2013

des Deutschen Kegler- und  
Bowlingbundes e.V.

1.	Vorwort	4
2.	Sportfachliche Ziele	4
3.	Organisations- und Führungsstruktur	
3.1	Verbandsstruktur	6
3.1.1	Bundesausschuss Leistungssport (BAL)	7
3.1.2	Bundesausschuss Bildung (BAB)	8
3.1.3	Anti-Doping-Kommission	8
3.1.4	Trainerrat des jeweiligen Disziplinverbandes	8
3.1.5	DZV-Ausschuss Bildung	9
3.1.6	Sportausschuss (SpA) der Disziplinverbände	10
3.2	Leistungssportpersonal	10
3.2.1	Anstellungsmodalitäten	11
3.2.2	Controlling	11
3.3	Organisation im Trainerbereich	
3.3.1	Aus- und Fortbildung Trainer	12
3.3.2	Aus- und Fortbildung Lehrpersonal	13
3.3.3	Qualifizierungsprofile Trainer- und Lehrpersonal	13
3.3.4	Evaluation und Qualitätssicherung	13
3.3.5	Trainerakademie und Führungsakademie	14
3.4	Kaderstruktur	
3.4.1	Kaderkriterien	14
3.4.2	Festlegung der Kadergrößen	15
4.	Trainings- und Wettkampfsystem	
4.1	Wettkampfsystem	15
4.2	Trainingssystem	16
5.	Betreuungsmaßnahmen	
5.1	Sportmedizinische Betreuung	17
5.2	Physiotherapeutische Betreuung	18
5.3	Leistungsdiagnostik	18
5.4	Anti-Doping Maßnahmen	18
6.	Talentsichtung und Talentförderung	18
6.1	Zentrale Maßnahmen der Nachwuchsförderung	19
6.2	Zusammenarbeit Verband / DZV / Verein / Schule	20
6.3	Internate / Teilinternate	20

7.	Mitwirkung in internationalen Organisationen	20
8.	Anhang	21

## 1. Vorwort

Der vorliegende Strukturplan 2010-2013 des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes e.V. (DKB) stellt eine Bestandsaufnahme sowie eine Zielbeschreibung für die leistungssportliche Arbeit im Hinblick auf die World Games 2013 sowie die anstehenden Welt- und Europameisterschaften, aber auch eine Fortschreibung des bisherigen Strukturplanes 2006-2009 dar.

Aufgrund der veränderten Bedingungen wurden viele Aspekte aus dem alten Strukturplan übernommen bzw. dort, wo erforderlich, erfolgte eine Fortschreibung.

Erstmals werden auch Ziele für die kommenden 4 Jahre definiert. Somit ist der Plan eine leistungssportliche Richtlinie für die zukünftige Arbeit im DKB und seinen Disziplinverbänden.

Im DKB als Spitzenverband sind die vier in Deutschland verbreiteten Bahnarten durch die Disziplinverbände vertreten:

Disziplinverband	Bahnart
Deutsche Bowling Union (DBU)	Bowling
Deutscher Bohle Kegler Verband (DBKV)	Bohle
Deutscher Keglerbund Classic (DKBC)	Classic
Deutscher Schere-Keglerbund (DSKB)	Schere

Auch wenn der Kegel- und Bowlingsport von der Gleichberechtigung der Geschlechter ausgeht, wurde aus Gründen der Textvereinfachung nicht durchgehend sowohl die weibliche als auch die männliche Form gewählt. In der Regel ist jede der gewählten Formen auf beide Geschlechter bezogen.

## 2. Sportfachliche Ziele

Die Leistungssportförderung des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes soll

- die Spielstärke der Kaderspieler so verbessern, dass diese zur Weltspitze zählen und bei Veranstaltungen der WNBA (Kegeln) und der WTBA (Bowling) vordere Plätze belegen,
- besonders begabte, entwicklungsfähige Nachwuchskaderspieler in ihrer Spielstärke so heben, dass sie in naher Zukunft in einer Auswahlmannschaft der Disziplinverbände mit Erfolg eingesetzt werden können,
- die angemessene Vertretung des DKB über die Disziplinverbände bei internationalen Wettkämpfen, insbesondere World Games 2013, Welt- und Europameisterschaften, gewährleisten.

Ausgehend vom derzeitigen objektiven Leistungsstand (World Games 2009, Weltmeisterschaften 2007 / 2008 / 2009) strebt der Deutsche Kegler- und Bowlingbund folgende Platzierungen an:

## World Games 2013

Bowling	Damen Einzel	Finale, Platz 1-8
	Herren Einzel	Finale, Platz 1-8
	Mixed	Finale, Platz 1-8
Kegeln Schere	Damen Einzel	Finale, Platz 1-4
(Wiederaufnahme in das Programm)	Herren Einzel	Finale, Platz 1-4
	Mixed	Finale, Platz 1-4

## Weltmeisterschaften

Bowling	Damen Einzel	Platz 1-6
	Herren Einzel	Platz 1-6
	Doppel Damen	Platz 1-6
	Doppel Herren	Platz 1-6
	Trio Damen / Herren	Platz 1-6
	Mannschaft Damen	Platz 1-6
	Mannschaft Herren	Platz 1-6
Kegeln Classic	Damen Einzel	Finale, Platz 1-4
	Herren Einzel	Finale, Platz 1-4
	Sprint Einzel Damen	Finale, Platz 1-4
	Sprint Einzel Herren	Finale, Platz 1-4
	Mixed	Finale, Platz 1-4
	Mannschaft Damen	Finale, Platz 1-4
	Mannschaft Herren	Finale, Platz 1-4
	Kombinationswertung Damen / Herren	Platz 1-4
Kegeln Schere	Damen Einzel	Finale, Platz 1-4
	Herren Einzel	Finale, Platz 1-4
	Sprint Einzel Damen	Finale, Platz 1-4
	Sprint Einzel Herren	Finale, Platz 1-4
	Mixed	Finale, Platz 1-4
	Paarkampf Damen	Finale, Platz 1-4
	Paarkampf Herren	Finale, Platz 1-4
	Mannschaft Damen	Finale, Platz 1-4
	Mannschaft Herren	Finale, Platz 1-4

## Europacup

Kegeln Bohle	Mannschaft Damen	Finale, Platz 1-3
	Mannschaft Herren	Finale, Platz 1-3
	Einzel Damen	Finale, Platz 1-3
	Einzel Herren	Finale, Platz 1-3

## Europameisterschaften

Bowling	Damen Einzel	Platz 1-3
	Herren Einzel	Platz 1-3
	Doppel Damen	Platz 1-3
	Doppel Herren	Platz 1-3
	Trio Damen / Herren	Platz 1-3
	Mannschaft Damen	Platz 1-3
	Mannschaft Herren	Platz 1-3
Kegeln Schere	Damen Einzel	Finale, Platz 1-4
	Herren Einzel	Finale, Platz 1-4
	Sprint Einzel Damen	Finale, Platz 1-4
	Sprint Einzel Herren	Finale, Platz 1-4
	Mixed	Finale, Platz 1-4
	Paarkampf Damen	Finale, Platz 1-4
	Paarkampf Herren	Finale, Platz 1-4
	Mannschaft Damen	Finale, Platz 1-4
	Mannschaft Herren	Finale, Platz 1-4

Diese Zielstellung ist nur realisierbar, wenn alle leitungssportlichen Strukturbedingungen des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes und seiner Partner (DOSB, BMI, Stiftung Deutsche Sporthilfe, Bundeswehr, Landesfachverbände) optimal ausgeprägt und aufeinander abgestimmt sind.

### 3. Organisations- und Führungsstruktur

#### 3.1 Verbandsstruktur

Der Deutsche Kegler- und Bowlingbund hat seine Grundsätze in einer Satzung (gültige Fassung vom 25. April 2009) geregelt und ist im Vereinsregister des Amtsgerichts Berlin eingetragen. Unmittelbare Mitglieder sind die 18 Landesfachverbände für Sportkegeln und Bowling in der Bundesrepublik Deutschland. Für jede im Deutschen Kegler- und Bowlingbund zugelassene Bahnart Bohle, Bowling, Classic und Schere ist ein Disziplinverband gegründet:

- Deutsche Bowling Union (DBU)
- Deutscher Bohle Kegler Verband (DBKV)
- Deutscher Keglerbund Classic (DKBC)
- Deutscher Schere Keglerbund (DSKB).

Die Organe des DKB sind

- die Bundesversammlung
- das Präsidium
- die Disziplinverbände sowie
- die DKB-Jugend
- die Rechtsorgane.

Das oberste Bundesorgan ist die Bundesversammlung. Sie setzt sich aus den Mitgliedern des Präsidiums sowie den Vorsitzenden und Delegierten der Landesfachverbände zusammen. Die Bundesversammlung findet alljährlich in den ersten fünf Monaten des Geschäftsjahres statt. Alle drei Jahre wählen die Delegierten die Mitglieder des Präsidiums neu.

Der Leistungssport wird im DKB durch zwei Ausschüsse, welche für den Leistungssport sowie das Bildungswesen zuständig sind, bestimmt:

- Bundesausschuss Leistungssport (BAL)
- Bundesausschuss Bildung (BAB)

Für jede im DKB zugelassene Bahnart – Bohle, Bowling, Classic und Schere – ist ein Disziplinverband (DZV) gebildet. Den Disziplinverbänden obliegt es, die ihnen vertraglich übertragenen Aufgaben einschließlich der damit verbundenen verwaltungstechnischen Aufgaben im Rahmen der DKB-Satzung und den weiteren DKB-Ordnungsgrundlagen eigenverantwortlich zu erfüllen.

Auf der Disziplinverbandsebene bestehen ebenfalls Ausschüsse für den Leistungssport (Trainerrat der jeweiligen Disziplin, Sportausschuss) sowie das Bildungswesen.

### **3.1.1 Bundesausschuss Leistungssport (BA-L)**

Der BAL behandelt alle mit dem Leistungs- und Hochleistungssport zusammenhängenden Fragen. Insbesondere obliegt dem BA-L:

- Analyse der internationalen Events
- Planung der künftigen Trainerarbeit in den Disziplinverbänden (DZV)
- Koordination der Trainerarbeit in den Disziplinverbänden
- Information durch den Anti-Doping Beauftragten (ADB)
- Fortschreibung des Strukturplanes DKB im Vierjahreszyklus
- Koordination der Qualifizierungsmaßnahmen im Rahmen der Bildungsarbeit im DKB

Im BA-L sind vertreten:

- Sportdirektor (Vorsitzender)
- Leistungssportreferent (zur Zeit Vizepräsident Sport)
- Bundestrainer / Cheftrainer der Disziplinverbände
- Bundeslehrwart
- Sportdirektoren Disziplinverbände
- Aktivensprecher des DKB
- Anti-Doping Beauftragter

### **3.1.2 Bundesausschuss Bildung (BA-B)**

Der Aufgabenbereich des BA-B umfasst:

- die Festlegung der Koordination der sportwissenschaftlichen Grundlagenarbeiten und deren Einbringung in die Praxis der jeweiligen Disziplin;
- die Erarbeitung und Fortschreibung der Ausbildungsrichtlinien des DKB;
- die Erarbeitung von Ausbildungskonzepten;
- die Unterstützung der Ausbildung der Disziplinen Classic, Bowling, Schere und Bohle im DZV und den Landesverbänden;
- die Ausbildung und Fortbildung der A- und B-Trainer;
- die Aus- und Fortbildung der Lehrwarte und Lehrreferenten;
- die Unterstützung der Aus- und Fortbildung der Schiedsrichter;
- Qualitätsmanagement im Bildungswesen.

Mitglieder des BA-B sind:

- Bundeslehrwart (Vorsitzender)
- Sportdirektor
- Leistungssportreferent (zur Zeit Vizepräsident Sport)
- Lehrwarte Classic, Bowling, Schere, Bohle

### **3.1.3 Anti-Doping Kommission (ADK)**

Die Anti-Doping Kommission ist mit der organisatorischen und verwaltungstechnischen Umsetzung des WADA-/NADA-Codes und speziell des WNBA-/WTBA-Code in ihrer aktuellen Fassung verantwortlich. Im Besonderen handelt es sich um die nachfolgenden Aufgaben:

- Multiplikatoren für neue Informationen an Athleten bzw. Leistungssportpersonal
- Verwaltung des Anti-Doping Meldewesen, speziell internationale Sportfachverbände (WNBA/WTBA)
- Schnittstelle Disziplinverbände und DKB
- Fortschreibung bzw. Etablierung der Anti-Doping Richtlinien des DKB

In der Anti-Doping Kommission sind vertreten:

- Anti-Doping Beauftragter DKB (Vorsitzender)
- Anti-Doping Beauftragte der Disziplinverbände (werden von den Disziplinverbänden berufen)

### **3.1.4 Trainerrat des jeweiligen Disziplinverbandes**

Der Trainerrat ist ausschließlich in den Disziplinverbänden installiert und verantwortlich für die Steuerung des Trainingsprozesses, der nahtlos die

Stationen **Grundausbildung, Grundlagentraining, Aufbautraining, Leistungstraining** und **Hochleistungstraining** durchlaufen muss.

Dazu gehören:

- Zusammenarbeit mit dem Sportdirektor, dem Bundeslehrwart, dem Vorstand des Disziplinverbandes, dem Sportdirektor des Disziplinverbandes bzw. dem Disziplinjugendwart;
- Erarbeitung des Sportkalenders mit World Games, Weltmeisterschaften, Europameisterschaften, Internationalen Turnieren, Länderspielen, Lehrgängen und Sichtungungsveranstaltungen für die Altersklassen Jugend (U18; weiblich/männlich), Juniorinnen/ Junioren (U 23), Damen und Herren;
- Organisation der Vorbereitung auf die internationalen Veranstaltungen;
- Umsetzung des Rahmenplanes und des Rahmentrainingsplanes des DKB/DZV;
- Erarbeitung von Trainingskonzeptionen mit den DZV;
- Steuerung des Leistungsaufbaues und Vorschlag zur Nominierung der Auswahlkader;
- Koordinierung der Stützpunktarbeit;
- Anleitung der Stützpunkt- und Heimtrainer.

Dem Trainerrat gehören an:

- Bundestrainer / Cheftrainer (Vorsitzender)
- Nationalmannschaftstrainer Damen (NMD)
- Nationalmannschaftstrainer Herren (NMH)
- Nationalmannschaftstrainer Juniorinnen (NM U23 w)
- Nationalmannschaftstrainer Junioren (NM U23 m)
- Nationalmannschaftstrainer Jugend weiblich (NM U18 w)
- Nationalmannschaftstrainer Jugend männlich (NM U18 m)
- Funktionstrainer
- Betreuendes Personal

### **3.1.5 DZV-Ausschuss Bildung**

Innerhalb der Disziplinverbände besteht ein Ausschuss Bildung, der verantwortlich ist für:

- Aufbau und Erhalt einer Schulungsorganisation für den systematischen Leistungsaufbau im Nachwuchsbereich;
- Umsetzung der Rahmenrichtlinien Bildung des DKB;
- Erstellung von Unterrichtsmaterialien und Lehrgängen;
- Erarbeitung von Schrifttum;
- Maßnahmen zur Qualitätssicherung.

Die Zusammensetzung dieses Ausschusses, dem der jeweilige Disziplinlehrwart vorsitzt, regelt der jeweilige DZV.

### **3.1.6 Sportausschuss (SpA) der Disziplinverbände**

Der SpA regelt und leitet den Sportbetrieb auf der nationalen Ebene der jeweiligen Disziplin (Classic, Bowling, Schere, Bohle) für alle Altersklassen. Die Zusammensetzung des SpA legt die Versammlung des Disziplinverbandes fest.

### **3.2 Leistungssportpersonal**

Im DKB organisiert der Sportdirektor bzw. der Leistungssportreferent (zur Zeit Vizepräsident Sport) den Leistungssportbetrieb. Beide sind im Präsidium des DKB vertreten.

Unterhalb des Sportdirektors und dem Leistungssportreferent arbeiten in der Bundesgeschäftsstelle (BGSt) direkt die Sachbearbeiter/innen und unmittelbar an den Athleten die Bundestrainer bzw. Cheftrainer sowie deren Trainerstab.

#### **Aufgabenprofil Sportdirektor**

- Leiter Bereich Sport im Deutschen Kegler- und Bowlingbund;
- Steuerung der Spitzensportentwicklung des DKB und der DZVs;
- Abwicklung von leistungssportunterstützenden Aufgaben im DOSB;
- Zusammenarbeit mit sportinternen und -externen Institutionen, u.a. DOSB, SDSH, BMI, BMVg, NADA;
- Ausbau und Pflege von internationalen Sportbeziehungen;
- Dienst- und Fachaufsicht über die Bundestrainer/innen bzw. Cheftrainer.

#### **Aufgabenprofil Leistungssportreferent (zur Zeit Vizepräsident Sport):**

- Stellvertretender Leiter Bereich Sport im Deutschen Kegler- und Bowlingbund;
- Zusammenarbeit mit sportinternen und -externen Institutionen, u.a. DOSB / BL, SDSH, BMI, BMVg, BVA, NADA;

#### **Bundestrainer / Cheftrainer**

Die Bundestrainer / Cheftrainer sind für die Betreuung der A/B-Kader (Erwachsenenbereich) eines Disziplinverbandes zuständig. Sie tragen die Verantwortung für die Planung, Durchführung und Steuerung des Trainings der Kaderathleten/innen bis hin zur Teilnahme an den internationalen Wettkampfhöhepunkten.

Das Aufgabenprofil umfasst:

- Festlegung und Koordination der Zusammensetzung des Gesamtkaders einschließlich der Kontrolle der Gesamtentwicklung;
- Vorsitzender des DZV-Trainerrats;
- Mitwirkung bei der Aus- und Fortbildung von Trainer/innen;
- persönliche Betreuung der Kaderathleten/innen;
- Erstellung und Realisierung individueller Trainingspläne;

- Erstellung von Rahmentrainingsplänen.

### **Trainerstab**

Die Trainer/innen in den Trainerstäben der Disziplinverbände sind als Disziplin- und Nachwuchstrainer für die unmittelbare Betreuung der Kader ihres Disziplinverbandes zuständig. Sie tragen in Absprache mit dem jeweiligen Bundestrainer / Cheftrainer die Verantwortung für Planung, Durchführung und Steuerung von konkreten Trainingsmaßnahmen der Kaderathleten/innen bis hin zur Teilnahme an den internationalen Wettkampfhöhepunkten.

Aufgabenprofil:

- Festlegung und Koordination der Zusammensetzung des Gesamtkaders einschließlich der Kontrolle der Gesamtentwicklung;
- Mitarbeit im DZV-Trainerrat;
- Mitwirkung bei der Aus- und Fortbildung von Trainer/innen;
- persönliche Betreuung der Kaderathleten/innen;
- Erstellung und Realisierung individueller Trainingspläne;
- Durchführung von Sichtungveranstaltungen in nachgeordneten Kadergruppen.

### **Funktionstrainer/in**

Darüber hinausgehend steht es den Disziplinverbänden offen, Funktionstrainer zu bestimmen. Hierbei handelt es sich um Spezialisten wie z.B. Techniktrainer/innen, Diagnosetrainer/innen und Konditionstrainer/innen, die den Trainerstab der Disziplinverbände in ihrer Arbeit unterstützen.

## **3.2.1 Anstellungsmodalitäten**

Die Bundestrainer und der Sportdirektor stehen in einem Beschäftigungsverhältnis mit dem Deutschen Kegler- und Bowlingbund. Das weitere Leistungssportpersonal steht grundsätzlich in einem Beschäftigungsverhältnis mit einem der Disziplinverbände. Die Basis der Anstellung sind bei den Bundestrainern unbefristete Arbeitsverträge, wohingegen das weitere Leistungssportpersonal mit sich jährlich verlängernden Honorarverträgen angestellt ist.

## **3.2.2 Controlling**

Das haupt- und ehrenamtliche Leistungssportpersonal wird durch den Sportdirektor des DKB bzw. der Disziplinverbände geführt.

Im DKB ist er Fach- und Dienstvorgesetzter der Bundestrainer und leitet im Auftrag des Präsidiums die zweimal im Jahr stattfindenden Personalgespräche. Der DKB verpflichtet sich, den vom Deutschen

Olympischen Sportbund und BMI geforderten jährlichen Sachbericht mit folgenden Inhalten zu erstellen:

- Funktion, Aufgaben und Einsatzorte des Leistungssportpersonals
- Erfolgsbilanz mit Platzierungen 1-10 bei EM / WM

In den Disziplinverbänden geben die Honorartrainer zum Jahresende eine Einschätzung ihrer geleisteten Arbeit an den jeweiligen Sportdirektor ab.

### **3.3 Organisation im Trainerbereich**

#### **3.3.1 Aus- und Fortbildung Trainer**

Im Deutschen Kegler- und Bowlingbund werden Trainer der Lizenzstufen C, B und A auf der Grundlage von eigenen Ausbildungsrichtlinien, die auf den Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des Deutschen Olympischen Sportbundes vom Dezember 2005 basieren, aus- und fortgebildet.

Verantwortlich für das Bildungswesen im DKB ist der vom Präsidium eingesetzte Bundeslehrwart zuständig.

Sein Aufgabenprofil:

- Organisation und Verwaltung des Lehrwesens im DKB;
- Fortschreibung der Richtlinien Qualifizierung des DKB auf der Basis der Rahmenrichtlinien Qualifizierung des DOSB in seiner aktuellen Fassung;
- Planung und Koordination der Aus- und Fortbildungsmaßnahmen des Verbandes;
- Einberufung und Leitung des Bundesausschusses Bildung (BAB);
- Erarbeitung von Konzeptionen und Fortbildungseinheiten;
- Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Aus- und Fortbildungsangeboten auf der DKB-Ebene, insbesondere
  - Aus- und Fortbildung von A-Trainern
  - Aus- und Fortbildung von Lehrreferenten
  - Fortbildung von Disziplinlehrwarten und Multiplikatoren
- Mitarbeit bei der Aus- und Fortbildung von Trainern/innen, Jugendleitern und Vereinsmanagern
- Mitarbeit im Bundesausschuss Leistungssport (BAL)
- Qualitätsbeauftragter DKB
- Koordinatorentätigkeit bei der Trainerakademie Köln;
- Impulsgeber für die Sport- und Organisationsentwicklung im DKB
- Fortschreibung des Strukturplanes des DKB mit dem Sportdirektor als Vorlage für den BAL / Präsidium DKB

Der DKB bietet alle vier Jahre einen Ausbildungslehrgang zum A-Trainer für alle Disziplinverbände an. Jährlich werden für alle Disziplinen Fortbildungslehrgänge angeboten.

Die Aus- und Fortbildung der B-Trainer ist auf die Disziplinverbände, die der C-Trainer auf die Landesfachverbände delegiert.

Die Aus- und Fortbildungen werden durch erfahrenes und vom Bundeslehrwart lizenziertes Lehrpersonal geplant, durchgeführt und evaluiert.

### 3.3.2 Aus- und Fortbildung Lehrpersonal

Ein modernes und aktuelles Trainingssystem setzt eine progressive, innovative qualitativ hochwertige Lehrarbeit voraus. Entsprechend müssen alle in der sportlichen Bildungsarbeit eingesetzten Lehrwarte und Lehrreferenten in Methodik, Didaktik und Kommunikation geschult sein. Daher bietet der DKB in Zusammenarbeit mit den Disziplinverbänden Grundlagenqualifizierungen und Fortbildungen für das eingesetzte Lehrpersonal durch.

### 3.3.3 Qualifizierungsprofile Trainer- und Lehrpersonal

Für das Trainerpersonal werden von Seiten des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes folgende Qualitätsprofile oder vergleichbare Bildungsabschlüsse gefordert:

Bundestrainer	Diplomsportlehrer oder Diplomtrainer oder A-Trainer
Cheftrainer	Diplomsportlehrer oder Diplomtrainer oder A-Trainer
Disziplintrainer / Nachwuchstrainer / Funktionstrainer	Diplomtrainer oder A-Trainer (in Ausnahmefällen B-Trainer)

Im Bereich des Lehrpersonals sind folgende Qualitätsprofile gefordert:

Bundeslehrwart	A-Trainer, pädagogische Berufsausbildung
Disziplin- / Landeslehrwarte	A-Trainer oder B-Trainer, pädagogische Berufsausbildung oder Ausbildereignung
Lehrreferenten	Trainerlizenz, Fachkompetenz in mindestens einem sportlichen Ausbildungsbereich

### 3.3.4 Evaluation und Qualitätssicherung

Alle Bildungsveranstaltungen im DKB unterliegen einer laufenden Evaluation durch den Bundeslehrwart und das Lehrpersonal. Der

Bundesbildungsausschuss (BAB) entwickelt entsprechende Evaluierungsinstrumente. Ziel aller Evaluierungsmaßnahmen ist es, adressatenbezogene Qualifizierungsmaßnahmen anbieten zu können. Das Aus-, Fort- und Weiterbildungssystem des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes erhebt den Anspruch, eine qualitätsorientierte Bildungsarbeit zu garantieren. Dies setzt voraus, dass Qualitätssicherung bei allen Beteiligten des Lehrpersonals einen hohen Stellenwert genießt und als Querschnittsaufgabe mit sowohl inhaltlichen, personellen als auch strukturellen Anforderungen verstanden und kontinuierlich weiterentwickelt wird. Die konkretisierten Anforderungen an die inhaltliche, methodische und formale Gestaltung des Qualifizierungsprozesses sind in den DKB-Rahmenrichtlinien Bildung dokumentiert.

### **3.3.5 Trainerakademie und Führungsakademie**

Die Trainerakademie Köln und die Führungsakademie des Deutschen Olympischen Sportbundes werden als die zentralen Aus-, Fort- und Weiterbildungsstätten für das Leistungssportpersonal des DKB anerkannt und genutzt. Der Bundeslehrwart ist als Koordinator zu den genannten Bildungseinrichtungen eingesetzt.

## **3.4 Kaderstruktur**

### **3.4.1 Kaderkriterien**

Die Kaderkriterien wurden im Bundesausschuss Leistungssport (BAL) des DKB beschlossen und mit den vom Deutschen Olympischen Sportbund -Bereich Leistungssport- vorgegebenen Grundsätzen abgestimmt.

Die Berufung in den jeweiligen Kaderkreis erfolgt auf Vorschlag des Trainerrates in den Disziplingruppen zum 15.9. für das Folgejahr (1.1. – 31.12.).

#### **A-Kader**

Der A-Kader umfasst die Athletinnen und Athleten, die aufgrund ihrer erbrachten Leistungen bei World Games / Weltmeisterschaften / Europameisterschaften entsprechende Platzierungen erreicht haben.

#### **B-Kader**

Der B-Kader ist der Anschlusskader des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes. Er umfasst Athleten und Athletinnen, die eine deutliche Perspektive (erkennbare, nachvollziehbare Leistungsentwicklung) zum mittelfristigen Erreichen des A-Kader-Status aufweisen und zur nationalen Spitze zählen. Der Verbleib im B-Kader wird disziplingruppenspezifisch vom Trainerrat festgelegt.

### C-Kader (U23)

Der C-Kader ist der Bundes-Nachwuchskader des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes. Er umfasst Athleten und Athletinnen mit der höchsten mittel- bzw. langfristigen Erfolgsperspektive für den internationalen Spitzensport sowie aussichtsreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer an internationalen Wettkampfhöhepunkten im Juniorenbereich. Das Maximalalter beträgt 23 Jahre.

### D/C-Kader (U18)

Der D/C-Kader des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes umfasst einzelne, vom Spitzenverband aufgrund besonderer Spitzensport-Perspektive ausgewählte Athletinnen und Athleten aus dem D-Kader.

Dem D/C-Kader des Deutschen Kegler- und Bowlingbundes gehören Sportlerinnen und Sportler an, die nicht älter als 18 Jahre sind und vom DKB als leistungssportlicher Unterbau des C-Kaders berufen werden.

Der D/C-Kader gehört im täglichen Training zum D-Kader, er kann aber in zentrale Schulungsmaßnahmen des Spitzenverbandes einbezogen werden. Die Zugehörigkeit ist zeitlich festgelegt. Das Ziel ist eine Heranführung an den C-Kader.

## 3.4.2 Festlegung der Kadergrößen

### A- & B-Kader

Damen	Bowling, Schere, Classic	je 15	45 Kaderathletinnen
Herren	Bowling, Schere, Classic	je 15	45 Kaderathleten

### B-Kader

Damen	Bohle	15	15 Kaderathletinnen
Herren	Bohle	15	15 Kaderathleten

### C-Kader

Juniorinnen	Bohle, Bowling, Classic, Schere	je 12	48 Kaderathletinnen
Junioren	Bohle, Bowling, Classic, Schere	je 12	48 Kaderathleten

### D/C-Kader

Jugend weiblich	Bohle, Bowling, Classic, Schere	je 12	48 Kaderathletinnen
Jugend männlich	Bohle, Bowling, Classic, Schere	je 12	48 Kaderathleten

## 4. Trainings- und Wettkampfsystem

### 4.1 Wettkampfsystem

Das internationale Wettkampfprogramm für die einzelnen Disziplinverbände ist sehr different, da die einzelnen Disziplinverbände in unterschiedlichen internationalen Verbänden organisiert sind.

Grundsätzlich ist bei allen internationalen Meisterschaften das Procedere der Teilnehmermeldung gleich. Diese werden durch den jeweiligen

Disziplinverband aufgrund der Nominierung des Bundestrainers / Cheftrainers an den entsprechenden internationalen Verband gemeldet. Die maximale Anzahl der Teilnehmermeldung wird jährlich durch den internationalen Verband ausgeschrieben.

Die Einzel-, Doppel- und Mannschaftswettbewerbe werden in der Regel mit Vor-, Zwischen- und Endlauf gespielt.

Die nachfolgende Übersicht zeigt das internationale Wettkampfprogramm der Disziplinverbände:

Veranstaltung	Bohle	Bowling	Classic	Schere
World Games	-	alle 4 Jahre	-	angestrebt
Weltmeisterschaften	-	jährlich	jährlich	alle 4 Jahre
Weltcup / Weltpokal	-	jährlich	jährlich	jährlich
Europameisterschaften	-	jährlich	-	alle 4 Jahre
Europacup	jährlich	jährlich	-	jährlich
Länderspiele	jährlich	-	jährlich	jährlich

Die nationalen Meisterschaften finden jährlich statt und beginnen in den vier Disziplinverbänden zum Teil bereits auf der Bezirksebene. Durch Qualifikationsquoten gelangen die Sportlerinnen und Sportler bis zu den Deutschen Meisterschaften, die jährlich erfolgen. In allen Disziplinverbänden werden nationale Meisterschaften in den Altersklassen Jugend B (10-14 Jahre), Jugend A (15-18 Jahre), Junioren (18-23 Jahre), Erwachsene und Senioren durchgeführt.

## 4.2 Trainingssystem

Die Trainingsmaßnahmen der Disziplinverbände im Deutschen Kegler- und Bowlingbund sprechen neben dem A-, B- und C-Kader auch die Sportlerinnen und Sportler des D/C-Kaders an.

Das Training in Nachwuchsbereich (D/C-Kader, C-Kader) orientiert sich an den Rahmentrainingsplänen der Disziplinverbände (vgl. Anhang x).

Das Training der Aktiven dagegen baut auf den Inhalten der Rahmentrainingspläne auf, vertieft diese und erschließt Leistungsreserven im konditionellen, sporttechnischen, taktischen und psychologischen Bereich.

Die Maßnahmen können in 4 Gruppen eingeteilt werden:

- **Konditionslehrgänge** dienen der Verbesserung der allgemeinen Grundlagenausdauer und der Überprüfung des allgemein konditionellen Zustandes der Kadersportler.
- **Techniklehrgänge** dienen der Verbesserung der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Disziplin.
- **Kontrollwettkämpfe** dienen der Überprüfung des Leistungsniveaus und der Verbesserung der Wettkampfstabilität.

- **Sondertrainingsmaßnahmen** dienen der individuellen Technikverbesserung in Kleingruppen.

Derartige Trainingsmaßnahmen finden zumeist in kleinen Kadergruppen an regionalen Stützpunkten der Disziplinverbände unter Aufsicht der Bundestrainer / Cheftrainer sowie deren Trainerstab statt.

### Stützpunkte

<b>Bohle</b>	<b>Bowling</b>	<b>Classic</b>	<b>Schere</b>
<b>Bremerhaven (DZVStpkt)</b>	<b>Premnitz (DZVStpkt)</b>	<b>Eppelheim (DZVStpkt)</b>	<b>Hagen (DZVStpkt)</b>
Berlin	Böblingen	Walldorf	Duisburg
Kiel	Duisburg	Sandhausen	Kamp-Lintfort
Lübeck	Hildesheim	Bennewitz	Morbach
Rendsburg	Dettelbach	Ingolstadt	Oberthal
Wolfsburg	Wildau	Oberhaching	
Cuxhaven	Berlin	Oggersheim	
Celle		Pirmasens	

Im Vorfeld von internationalen Meisterschaften finden spezielle Sichtungs-, Auswahl- und Vorbereitungslehrgänge statt, auf denen die jeweiligen Nationalmannschaften gefunden und für den bevorstehenden Wettbewerb physisch und psychisch durch die Bundestrainer / Cheftrainer und deren Trainerstab vorbereitet werden. Derartige Lehrgänge werden bevorzugt in Sportschulen ausgerichtet; die Orte richten sich nach den anstehenden internationalen Maßnahmen.

Die Planung der Lehrgänge erfolgt jeweils in Vorbereitung des Sportjahres (15.08.)

Der Kaderkreis umfasst alle Kader von D/C bis A, wobei die Zahl der Teilnehmer je nach Zielstellung pro Lehrgang zwischen 8 und 24 liegt.

## 5. Betreuungsmaßnahmen

### 5.1 Sportmedizinische Betreuung

Die sportmedizinische Betreuung der Kadersportler erfolgt durch medizinisches Fachpersonal in den Disziplinverbänden.

Verbandsarzt des DKB ist Herr Dr. Böckler vom Sportmedizinischen Institut Frankfurt.

Die Aus- und Fortbildung des eingesetzten medizinischen Personals erfolgt nach persönlichem Engagement.

Der Bereich der Sportmedizin im DKB wird durch die DZV weiter ausgebaut. Das betrifft die ärztliche Betreuung der Kader, die physiotherapeutische Betreuung der Kader und die Entwicklung der Leistungsdiagnostik.

Dazu sind folgende Aufgaben zu realisieren:

- Weitere Gewinnung von Medizinern und Physiotherapeuten für die Mitarbeit in den Disziplinen;
- Absicherung der Kaderbetreuung zu den wichtigsten Veranstaltungen;
- Aufstellen von sportmedizinischen Leistungskennziffern;
- Zusammenarbeit und gegenseitige Fortbildung zwischen Medizinern und Trainern.

## 5.2 Physiotherapeutische Betreuung

In den Auswahlmannschaften der Disziplinen Classic, Bowling und Schere arbeitet je ein Physiotherapeut. Er betreut die Kaderspieler auf den zentralen Lehrgängen im Vorfeld von internationalen Meisterschaften. Der Schwerpunkt liegt dabei im Aufbau einer Vertrauensbasis Physiotherapeut – Sportler sowie das Kennen lernen des individuellen muskulären Zustandes.

Während der internationalen Meisterschaft dienen die physiotherapeutischen Maßnahmen der Regeneration und Verletzungsprophylaxe der Athleten.

## 5.3 Leistungsdiagnostik

Für den Bereich der Disziplin Classic ist ein Diagnosetrainer eingesetzt, welcher gegenwärtig sportspezifische Testverfahren entwickelt und auswertet. Für die Disziplin Schere ist die Einsetzung eines Diagnosetrainers in Diskussion.

## 5.4 Anti-Doping Maßnahmen

Alle Kader der Disziplinen Bowling, Classic und Schere werden in das Anti-Doping-Kontrollsystem eingegliedert und entsprechend präventiv informiert. Jährlich finden Trainingskontrollen durch die NADA sowie zusätzliche Wettkampfkontrollen in festgelegter Anzahl statt.

Anti-Dopingbeauftragter des DKB ist der Leistungssportreferent (Vizepräsident DKB Sport) bzw. ein durch ihn Beauftragter. In den Disziplinverbänden werden ebenfalls Anti-Doping Beauftragte berufen, die gemeinsam in der Anti-Doping Kommission zusammenarbeiten.

Die Dopingbekämpfung ist in der Satzung des DKB festgeschrieben und die Ahndung von Dopingverstößen regelt die Rechts- und Verfahrensordnung des DKB.

## 6. Talentsichtung und Talentförderung

Für einen langfristigen und systematischen Leistungsaufbau im Nachwuchsbereich sind Strukturen notwendig, die sich von der Ebene des DKB über die Disziplinverbände und Landesfachverbände bis hin in die

Vereinsebene fortführen. Grundlage für die Nachwuchsförderung sind die Rahmentrainingspläne der Disziplinverbände im DKB.

Gegenwärtig findet im Deutschen Kegler- und Bowlingbund die Talentsuche in den Vereinen statt. Hier erhalten die heranwachsenden Leistungssportler die Grundausbildung und das Grundlagentraining. Die Talentförderung dagegen obliegt dem jeweiligen Landesfachverband, der mit Hilfe von Trainerstäben des Landes an den Landesleistungstützpunkten die D2 bis D4-Kader schulen und trainieren. Besonders talentierte Jugendkeglerinnen und Jugendkegler werden in das D/C-Kader der Disziplinverbände übernommen.

Die Nachwuchsentwicklung im DKB ist für den Zeitraum 2010 bis 2014 eine der wichtigsten Aufgaben.

Dazu sind folgende Aufgaben zu realisieren:

- Erarbeitung eines Konzeptes Nachwuchsförderung DKB
- Einbindung der Jugendvorstände in die Disziplinverbände;
- Einsatz von Nachwuchstrainern auf DKB-, DZV- und Länderebene in den Disziplinen;
- Zusammenarbeit DZV-Vorstand und DZV-Jugendvorstand, um den jungen Sportlern einen nahtlosen Übergang vom Jugendbereich in den Erwachsenenbereich zu gewährleisten;
- Berufung von D-Kadern in allen Ländern;
- Zusammenarbeit mit den bestehenden Sportschulen, Internaten und Teilinternaten nach örtlichen Gegebenheiten;
- Gewinnung von mehr Kinder- und Jugendlichen für den Bowling- und Kegelsport durch abwechslungsreiche Trainings- und Wettkampfgestaltung (Realisierung von Vielseitigkeitswettbewerben); Durchführung von Stützpunktvergleichen.

## 6.1 Zentrale Maßnahmen der Nachwuchsförderung

Gegenwärtig erfolgen jährlich als zentrale Maßnahmen Sichtungs- und Qualifizierungslehrgänge zur Vorbereitung der internationalen Veranstaltungen in allen Disziplinverbänden durchgeführt.

An folgenden internationalen Meisterschaften nehmen Kaderathleten im Nachwuchsbereich teil:

WM	Classic	Juniorinnen / Junioren (U23)
WM	Bowling	Juniorinnen / Junioren (U21)
WM	Schere	Juniorinnen / Junioren (U23)
WM	Classic	Jugend weiblich und männlich (U18)
WM	Schere	Jugend weiblich und männlich (U18)
EM	Bowling	Jugend weiblich und männlich (U18)
World-Pokal	Classic	Juniorinnen / Junioren (U23), Jugend weiblich und männlich (U18)
Länderspiele	Classic, Schere, Bohle	Juniorinnen/ Junioren (U23), Jugend weiblich und männlich (U18)

## 6.2 Zusammenarbeit Verband / DZV / Verein / Schule

Die Zusammenarbeit mit der Schule erfolgt auf der Ebene der Vereine und ist je nach den regionalen Bedingungen sehr unterschiedlich ausgeprägt und abhängig vom Engagement der Funktionäre und Trainer des DKB/DZV. In einzelnen Landesfachverbänden ist ein differenzierter Sportunterricht für die Sportart Kegeln bereits möglich, wobei soziale Einrichtungen mit einbezogen werden.

## 6.3 Internate / Teilinternate

Internate bzw. Teilinternate werden von Kadern des DKB im Moment nicht genutzt.

## 7. Mitwirkung in internationalen Organisationen

Der Deutsche Kegler- und Bowlingbund ist mit seinen Disziplinverbänden Mitglied in der Fédération Internationale des Quilleurs (FIQ). In den internationalen Untergliederungen der FIQ, der

- World Tenpin Bowling Association (WTBA) mit der European Tenpin Bowling Federation (ETBF)
- World Ninepin Bowling Association (WNBA) mit der Sektion Bohle (NBB), Sektion Classic (NBC) und Sektion Schere (NBS)

sind die Disziplinverbände des DKB sind in den internationalen Kegler- und Bowlingverbänden wie folgt organisiert:

Disziplin	Disziplinverband	Europ. Verband	Weltverband
Bowling	DBU	ETBF	WTBA
Bohle	DKBV	NBB	WNBA
Classic	DKBC	NBC	WNBA
Schere	DSKB	NBS	WNBA

Der Deutsche Kegler- und Bowlingbund konnte in den letzten Jahren seinen Einfluss in internationalen Fachverbänden weiter ausbauen. Insgesamt sieben Verbandsmitglieder sind in den internationalen Spitzenverbänden tätig:

Dieter Kuke, NBS-Präsident  
 Erich Schröder, NBS-Generalsekretär  
 Michael Hänsel, NBS-Webmaster  
 Siegfried Schweikardt, NBC-Präsident  
 Gerhard Gruber, Generalsekretär NBC & WNBA  
 Knut Wagner, NBC-Sportdirektor  
 Roland Mück, WTBA-Tournament

## **8. Anhang**

Organigramm Leistungssport

Übersicht Leistungssportpersonal

Erfolgsübersicht der Disziplinverbände im DKB

Rahmentrainingsplan Bowling

Rahmentrainingsplan Schere

Rahmentrainingsplan Classic



## Organigramm Leistungssportpersonals

Deutscher Kegler- und Bowlingbund

<b>C 1.1.</b> <b>Sportdirektor</b> <i>Simone Eggebrecht</i>	<b>C 1.2.</b> <b>Trainer</b>	
<b>C 1.2.1.</b> <b>Cheftrainer Ninepin (Kegeln/Classic)</b> <i>Rainer Aulbach</i>	<b>C 1.2.2.</b> <b>Bundestrainer Tenpin (Bowling)</b> <i>Peter Lorenz</i>	<b>C 1.2.3.</b> <b>Cheftrainer Ninepin (Kegeln/Schere)</b> <i>Michael Teschner</i>
<b>C 1.2.1.01</b> <b>Disziplintrainer</b> <i>Timo Hoffmann</i>	<b>C 1.2.2.01</b> <b>Nachwuchstrainer</b> <i>Joachim Hartmann</i>	<b>C 1.2.3.01</b> <b>Nachwuchstrainer</b> <i>Michael Hänsel</i>
<b>C 1.2.1.02</b> <b>Disziplintrainer</b> <i>Wolfgang Lutz</i>	<b>C 1.2.2.02</b> <b>Nachwuchstrainer</b> <i>Frank Hulsch</i>	<b>C 1.2.3.02</b> <b>Nachwuchstrainer</b> <i>Hans-Josef Heinrichs</i>
<b>C 1.2.1.03</b> <b>Disziplintrainerin</b> <i>Sandra Hirsch</i>	<b>C 1.2.2.03</b> <b>Nachwuchstrainer</b> <i>Thomas Radke</i>	<b>C 1.2.3.03</b> <b>Nachwuchstrainer</b> <i>Christian Schumann</i>
<b>C 1.2.1.04</b> <b>Nachwuchstrainer</b> <i>Werner Buchs</i>	<b>C 1.2.2.04</b> <b>Co-Trainerin Damen</b> <i>Martina Beckel</i>	
<b>C 1.2.1.05</b> <b>Nachwuchstrainerin</b> <i>Daniela Kicker</i>	<b>C 1.2.2.05</b> <b>Funktionstrainer (Technik)</b> <i>Michael Wouters</i>	
<b>C 1.2.1.06</b> <b>Co-Nachwuchstrainerin</b> <i>Margit Welker</i>		
<b>C 1.2.1.07</b> <b>Co-Nachwuchstrainerin</b> <i>Erika Weichwald</i>		
<b>C 1.2.1.08</b> <b>Diagnostetrainer</b> <i>Frank Schuster</i>		

# Übersicht Leistungssportpersonal

## 1. Hauptamtliche Trainer

1. Bundestrainer Peter Lorenz Bowling Premnitz

## 2. Honorartrainer

1. Nat.-Mann.-Trainer	Horst Meyer	B-Trainer	Trainer Damen	Bohle	Westerrönfeld
2. Nat.-Mann.-Trainer	Uwe Oldenburg	B-Trainer	Trainer Herren	Bohle	Osterrönfeld
3. Nat.-Mann.-Trainer	Roger von der Heyde	A-Trainer	Trainer U23	Bohle	Stade
4. Nat.-Mann.-Trainer	Bernd Vieweg	B-Trainer	Trainer U18	Bohle	Berlin
5. Nat.-Mann.-Trainer	Joachim Hartmann	A-Trainer	Trainer U18	Bowling	Geldersheim
6. Nat.-Mann.-Trainer	Michael Wouters	A-Trainer	Trainer A/B/C-Kader	Bowling	Zonhoven
7. Nat.-Mann.-Trainer	Frank Hulsch	B-Trainer	Trainer U23	Bowling	Brandenburg
8. Nat.-Mann.-Trainer	Thomas Radke	A-Trainer	Trainer U18	Bowling	Berlin
9. Nat.-Mann.-Trainer	Martina Beckel	Assistent	Trainer A/B Damen	Bowling	Frankfurt
9. Cheftrainer	Rainer Aulbach	A-Trainer	Cheftrainer	Classic	Mainaschaff
10. Diagnostetrainer	Frank Schuster	A-Trainer	Diagnostetrainer	Classic	Chemnitz
11. Nat.-Mann.-Trainer	nn		Trainer Damen	Classic	
12. Nat.-Mann.-Trainer	Timo Hoffmann	B-Trainer	Trainer Herren	Classic	Neudrossenfeld
13. Nat.-Mann.-Trainer	Sandra Hirsch	B-Trainer	Trainer U23	Classic	Sailauf
14. Nat.-Mann.-Trainer	Wolfgang Lutz	B-Trainer	Trainer U23 männlich	Classic	Ellwangen
15. Nat.-Mann.-Trainer	Daniela Kickert	B-Trainer	Trainer U18 weiblich	Classic	Stegaurach
16. Nat.-Mann.-Trainer	Werner Buchs	A-Trainer	Trainer U18 männlich	Classic	Krugzell
17. Cheftrainer	Michael Teschner	A-Trainer	Cheftrainer, Damen & Herren	Schere	Herdecke
18. Nat.-Mann.-Trainer	Michael Hänsel	A-Trainer	Trainer U23	Schere	Kamp-Lintort
19. Nat.-Mann.-Trainer	Hans-Josef Heinrichs	A-Trainer	Trainer U18	Schere	Vettweiß
20. Nat.-Mann.-Trainer	Christian Schumann	B-Trainer	Trainer U18	Schere	Güdesweiler

## Erfolgsübersicht der Disziplinverbände im DKB

### Deutsche Bowling Union (DBU)

#### World Games 2009 in Kaoshiung

Einzel Damen	Patricia Luoto	Round Robin, 8. Platz
Einzel Herren	Achim Grabowski	Vorrunde, 12. Platz
Mixed	P. Luoto / A. Grabowski	Vorrunde, 13. Platz

#### Weltmeisterschaften Damen in Las Vegas

Einzel	Tina Hulsch	10. Platz
Trio	Tanya Cuva / Tina Hulsch / Patricia Luoto	15. Platz
Doppel	Tanya Cuva / Tina Hulsch	2. Platz
Team		12. Platz

#### Europameisterschaften Herren in Aalborg

All Event	Pascal Winterheimer	12. Platz
Trio	Pascal Winterheimer / David Canady / Tobias Gäbler	9. Platz
Team		3. Platz

#### Europameisterschaften U18 in Malmö

Einzel U18 weibl.	Sandra Matz	3. Platz
Doppel U 18 männl.	Marcel Obst / Steven Wiersema	2. Platz

### Deutscher Keglerbund Classic (DKBC)

#### Weltmeisterschaften Mannschaften in Dettenheim

Damen	1. Platz
Herren	2. Platz

#### Weltmeisterschaften U23 in Zadar

Einzel U23 weibl.	Saskia Seitz	4. Platz
Einzel U23 männl.	Jens Weinmann	2. Platz
Paar U23 weibl.	Raphaela Kummer / Saskia Seitz	4. Platz
Paar U23 männl.	Stefan Schneidawind / Jens Weinmann	2. Platz
Tandem Mixed U23	Raphaela Kummer / Lars Pansa	9. Platz
Mannschaft U23 w		6. Platz
Mannschaft U23 m		1. Platz

## Weltmeisterschaften U18 in Dettenheim

Einzel U18 weibl.	Sina Beisser	3. Platz
Einzel U18 männl.	Marlo Bühler	2. Platz
Paar U18 weibl.	Vanessa Welker / Melina Zimmermann	5. Platz
Paar U18 männl.	Patrick Krieger / Manuel Weiss	1. Platz
Tandem Mixed U18	Sina Beisser / Patrick Krieger	3. Platz
Mannschaft U18 w		6. Platz
Mannschaft U18 m		1. Platz

## Deutscher Schere Keglerbund (DSKB)

### Weltmeisterschaften in Oberthal

Einzel Damen	Bianca Mayer	Finale, 1. Platz
Einzel Herren	Jürgen Wagner	Finale, 2. Platz
Mixed	B. Mayer / H. Mayer	Finale, 1. Platz
Paar-Damen	C. Retterarth / E. Radau	Finale, 1. Platz
Paar-Herren	D. Ganz / J. Wagner	Finale, 1. Platz
Mannschaft-D		1. Platz
Mannschaft-H		1. Platz

### Weltmeisterschaften U23 / U18 in Morbach

Einzel U23 weibl.	Kristina Krewer	Finale, 1. Platz
Einzel U23 männl.	Andre Laukmann	Finale, 1. Platz
Mixed U23	Maike Bock / Raffael Gries	Finale, 1. Platz
Paar U23 weibl.	S. Schnorpfeil / V. Fuck	Finale, 1. Platz
Paar U23 männl.	D. Schulz / A. Laukmann	Finale, 1. Platz
Einzel U18 weibl.	Luisa Wagner	Finale, 1. Platz
Einzel U18 männl.	Christian Junk	Finale, 1. Platz
Mixed U18	S. Lambert / C. Junk	Finale, 1. Platz
Paar 18 weibl.	S. Lambert / L. Wagner	Finale, 1. Platz
Paar 18 männl.	C. Seibert / M. Reith	Finale, 1. Platz

# RAHMENTRAININGSPLAN

Quelle: DBU-Trainerrat, September 1998

GRUNDAUSBILDUNG (GA) 1. Ausbildungsstufe D1-Kader 1 - 2 Jahre	GRUNDLAGENTRAINING (GLT) 2. Ausbildungsstufe D2-Kader 2 Jahre	AUFBAUTRAINING (AT) 3. Ausbildungsstufe D3-Kader 2 - 3 Jahre	LEISTUNGSTRAINING (LT) 4. Ausbildungsstufe D4-Kader und D/C-Kader
Trainingszeit <b>2 x wöchentlich je 2 TE</b>	Trainingszeit <b>2 - 3 x wöchentlich je 2 TE</b>	Trainingszeit <b>3 x wöchentlich je 2 - 3 TE</b>	Trainingszeit <b>3 - 4 x wöchentlich je 2 - 3 TE</b>
<b>SPIELTECHNIK</b>	<b>SPIELTECHNIK</b>	<b>SPIELTECHNIK</b>	<b>SPIELTECHNIK</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Vertraut machen mit dem Bowlingball</li> <li>&gt; Gewicht, Bohrvariante (Konventionell oder Fingertip dem Alter und Wachstum anpassen</li> <li>&gt; Schwerpunkte (SP) im Bewegungsablauf</li> <li>1. 4-Schrittanlauf (Anlaufänge und Schrittgrößen festlegen)</li> <li>2. Pendelübung - frei und fließend</li> <li>3. Timing Arm- und Beinbewegung</li> <li>4. Nullstellung - Stabilisierung der Auftaktbewegung</li> <li>5. Festlegung Aufstellpunkt und Zielpunkt (Augen bleiben konsequent auf dem Zielpunkt)</li> <li>6. Endstellung: Stehenbleiben in der im Knie gebeugten Endstellung, bis Ball Zielpunkt überquert</li> <li>7. Handgelenk und Fingerposition individuell festlegen und fixieren (Optimum Hand und Finger befinden sich hinter dem Ball)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Gewicht des Bowlingballes an das Wachstum anpassen (Bohrvariante Fingertip)</li> <li>&gt; Spielmaterial: ein Anspiel- und ein Räumball</li> <li>&gt; SP im Bewegungsablauf</li> <li>1. Schrittgrößen und Anlaufänge ordnen evtl. 5-Schritt-Anlauf</li> <li>2. Nullstellung mit bewußter Kontrolle des Aufstellpunktes, der Handposition und des Zielpunktes (Augen bleiben von der Nullstellung bis zur Abgabe auf dem Zielpunkt - Kontrolle!)</li> <li>3. Auftaktbewegung und Oberkörperposition stabilisieren</li> <li>4. Pendel frei und fließend</li> <li>5. Endstellung: fester Stand im gebeugten Knie mit stabilisierter Oberkörperposition</li> <li>6. Abgabetraining mit Vervollkommnung einer Anspiel- und einer Räumspielhandposition</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Gewicht und Bohrung des Bowlingballes an das Wachstum anpassen (Bohrvariante Fingertip)</li> <li>&gt; Erweiterung des Spielmaterials entsprechend des technischen und taktischen Vermögens auf 2 - 3 Anspielbälle und einen Räumball</li> <li>&gt; SP im Bewegungsablauf</li> <li>1.- 5. entsprechend GLT mit besonderer Beachtung der Punkte 2. und 5.</li> <li>6. Abgabetraining - Erhöhung des Spins mit einer Optimierung des Spieltempos unter dem Grundsatz "Hohes Tempo - hohe Spinzahlen - hohe Genauigkeit"</li> <li>7. Erarbeitung einer zweiten Abgabevariante im Anspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Gewicht des Bowlingballes an das Wachstum anpassen (Bohrvariante Fingertip)</li> <li>&gt; Erweiterung und Vervollkommnung des Spielmaterials entsprechend der technischen und taktischen Fertigkeiten</li> <li>&gt; Stabilisieren der Feinform, Festigen des persönlichen Stils</li> <li>&gt; SP im Bewegungsablauf</li> <li>1. Ständige Kontrolle der Bewegung in einen festen Stand</li> <li>2. Erweitern des technischen Könnens im Bereich der Abgabevarianten (Veränderung Spinzahlen und Spieltempo)</li> </ul>
<b>SPIELTAKTIK</b>	<b>SPIELTAKTIK</b>	<b>SPIELTAKTIK</b>	<b>SPIELTAKTIK</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Entwickeln einfacher Zielsysteme</li> <li>1. Aufstellpunkt und Zielpunkt für den Anwurf festlegen</li> <li>2. Abmessungen der Bahn lernen</li> <li>3. Aufstellpunkte und Zielpunkte für das Räumspiel auf Einzelpins festlegen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Entfernung des Aufstellpunktes von der Foullinie dem Wachstum anpassen</li> <li>&gt; Zweite Strikelinie erlernen</li> <li>&gt; Festlegen der Aufstell- und Zielpunkte für Räumspiel auf Pingruppen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Bahnlesen vervollkommen</li> <li>1. Ballreaktion deuten</li> <li>2. Pinfall deuten</li> <li>&gt; Erlernen der Grundsätze beim Aufbau eines Ballsortiments</li> <li>&gt; Erlernen spieltaktischer Varianten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Ballsortiment sinnvoll zusammenstellen bzw. ergänzen</li> <li>&gt; Inhalt des AT weiterentwickeln</li> <li>&gt; Bahnlesen vervollkommen</li> <li>&gt; Berechnung der Anspielinien und Breakbereiche bzw. -zonen vervoll-</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Grundsätze des sportlichen Verhaltens auf der Bahn erlernen (Vorfahrtsregel)</li> <li>➤ Regeln der Wurfvorbereitung erlernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ mit Anspielball</li> <li>➤ Ballaufmuster erlernen und verstehen</li> <li>➤ Erlernen und Anwenden einfacher Zielsysteme, in Form einfacher Berechnungen für Veränderungen in der Spiel- bzw. Räumlinie (2-1-3; 5-4-3)</li> <li>➤ Grundsätze des Bahnlesens erlernen</li> <li>➤ Wettkampfvorhalten schulen</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anwendung verschiedener Anspielbälle</li> <li>2. Veränderung der Abwurfvarianten</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Räumspiel vervollkommen und stabilisieren (Räumspiel entsprechend Bahnbedingungen variieren lernen)</li> <li>➤ Schulung in der Führung von Wettkämpfen und Wettkampfsituationen</li> <li>➤ Bahnstandard einschätzen lernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ kommen</li> <li>➤ Ausprägung und Stabilisierung individueller Variationsmöglichkeiten entsprechend der technischen und materiellen (Ballsortiment) Voraussetzungen</li> </ul>
<b>PERSÖNLICHKEIT</b>	<b>PERSÖNLICHKEIT</b>	<b>PERSÖNLICHKEIT</b>	<b>PERSÖNLICHKEIT</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sinnvolles Verhalten auf und hinter der Bahn erlernen</li> <li>➤ Entwickeln von Selbstdisziplin für das Training</li> <li>➤ Entwickeln von Mannschaftsgeist und Verantwortung in der Trainingsgruppe</li> <li>➤ Spielfreude und Selbstvertrauen durch kleine Erfolgserlebnisse schaffen und entwickeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inhalte der GA weiterentwickeln</li> <li>➤ Vorbildfunktion schaffen und entwickeln</li> <li>➤ Siegeswillen im Wettkampftraining und in den Wettkämpfen selbst entwickeln</li> <li>➤ "Killerinstinkt" und Strikefeeling entwickeln</li> <li>➤ Erlernen des mentalen Trainings im Bereich des Vorstellens des Bewegungsablaufes bis hin zur Ballfreigabe</li> <li>➤ Erlernen der objektiven Einschätzung des eigenen Leistungsvermögens</li> <li>➤ Beachtung des familär-schulischen Umfeldes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inhalte des GLT weiterentwickeln</li> <li>➤ Wettkampfhärte, Risikobereitschaft und "Killerinstinkt" gegen zunehmend stärkere Gegner entwickeln</li> <li>➤ Entwickeln von einfachen psychoregulativen Fertigkeiten (Atemübungen, mentales Training)</li> <li>➤ Beachtung des familär-schulischen/beruflichen Umfeldes</li> <li>➤ eigene Vorbildfunktion einschätzen lernen</li> <li>➤ Entwicklung und Vervollkommnung der leistungssportlichen Einstellung in der Vorbereitung und Durchführung von Training und Wettkampf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Vervollkommnung der leistungssportlichen Einstellung</li> <li>➤ Wettkampfhärte und Risikobereitschaft vervollkommen gegen: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. bestmögliche Gegner</li> <li>2. fremde Bahnen und Bahnverhältnisse</li> <li>3. unbestimmte Rahmenbedingungen</li> </ol> </li> <li>➤ Erweiterung der psychoregulativen Fertigkeiten zum Standard</li> <li>➤ Wettkampf- und Wurfvorbereitung werden ritualmäßig standardisiert</li> <li>➤ Vervollkommnung im Umgang mit der eigenen Vorbildfunktion</li> <li>➤ Komplexe Beachtung des leistungssportlichen Umfeldes (Familie, Beruf, Sponsoren ...)</li> </ul>
<b>KÖRPERLICHE FERTIGKEITEN</b>	<b>KÖRPERLICHE FERTIGKEITEN</b>	<b>KÖRPERLICHE FERTIGKEITEN</b>	<b>KÖRPERLICHE FERTIGKEITEN</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Allgemeine Körperbildung durch vielseitige Bewegungs- und Spielformen</li> <li>➤ Ausbildung von koordinativen Fähigkeiten und von Beweglichkeit</li> <li>➤ keine ersten Wettkämpfe, nur Spielformen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inhalte entsprechend GA</li> <li>➤ Gezielte Ausprägung der Grundlagenausdauer Laufen - Schwimmen oder Radfahren mit Überprüfung (Coopertest)</li> <li>➤ Beginn der Ausbildung der wettkampfspezifischen Ausdauer in Vorbereitung von Wettkampfhöhepunkten in Form des gezielten Trainings in Überdistanzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inhaltliche SP des GLT weiterentwickeln</li> <li>➤ Erlernen individueller Stretchingprogramme zur Trainings- und Wettkampfvor- bzw. nachbereitung</li> <li>➤ Beginn der gezielten Kraftausdauer-schulung mit und ohne Gewicht</li> <li>➤ Aufbau gezielter Trainingsprogramme</li> <li>➤ Erlernen des Zusammenhanges von Trainings- bzw. Wettkampfbelastung, Ermüdung und sinnvoller Regeneration</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Inhaltliche SP des AT weiterentwickeln</li> <li>➤ Stretchingprogramme als "Ritual" der körperlichen und geistigen Wettkampfvorbereitung vervollkommen</li> <li>➤ Individuelle Gestaltung der Trainingsprogramme zur Ausprägung der Ausdauer, Kraftausdauer und der wettkampfspezifischen Ausdauer</li> <li>➤ Erlernen der Zusammenhänge von Belastung und leistungsorientierter Ernährung in Vorbereitung und während der Wettkämpfe</li> </ul>

Definition: 1 TE = 45 Minuten

# Rahmentrainingsplan Schere

## Körperliche Voraussetzungen

<p><b>Grundausbildung (GA)</b> D 1 – Kader - 11 Jahre (1. Trainingsjahr) 1 - 2 TE pro Woche</p>	<p><b>Grundlagentraining (GLT)</b> D 2 – Kader - 14 Jahre (- 3. Trainingsjahr) 1 - 2 TE pro Woche</p>	<p><b>Aufbautraining (ABT)</b> D 3 – Kader - 16 Jahre (- 5. Trainingsjahr) 2 – 3 TE pro Woche</p>	<p><b>Leistungstraining (LT)</b> D 4 – Kader - 18 Jahre (- 7. Trainingsjahr) 2 – 4 TE pro Woche</p>
<p>Allgemeine Athletikbildung</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ spielerisch</li> <li>▪ Heranführung an Wettkampfsituationen</li> </ul> <p>Schwerpunkte an persönlichen Leistungsstand orientieren</p>	<p>Allgemeine Athletikbildung fortführen (Defizite abbauen):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Koordinative Fähigkeiten</li> <li>▪ Ausdauer</li> <li>▪ Beweglichkeit</li> <li>▪ Kraftausdauer</li> </ul> <p>keine Maximalkraftübungen</p> <p>Erlernen der speziellen körperlichen Spielvorbereitung (Erwärmung)</p>	<p>Allgemeine Athletikbildung fortführen (Defizite abbauen):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Koordinative Fähigkeiten</li> <li>▪ Ausdauer</li> <li>▪ Beweglichkeit</li> <li>▪ Kraft / Kraftausdauer</li> </ul> <p>Begleitende Schulung in:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sporternährung</li> <li>▪ Regeneration</li> <li>▪ Verletzungsprophylaxe</li> </ul> <p>Körperliche Leistungstests zur Leistungsdiagnostik einsetzen</p>	<p>Allgemeine Athletikbildung fortführen (Defizite abbauen):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Koordinative Fähigkeiten</li> <li>▪ Ausdauer</li> <li>▪ Beweglichkeit</li> <li>▪ Kraft / Kraftausdauer</li> </ul> <p>Begleitende Schulung in:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sporternährung</li> <li>▪ Regeneration</li> <li>▪ Verletzungsprophylaxe</li> </ul> <p>Körperliche Leistungstests zur Leistungsdiagnostik einsetzen</p>

# Rahmentrainingsplan Schere

## Persönlichkeit

<b>Grundausbildung (GA)</b> <b>D1 - Kader</b> <b>- 11 Jahre (1. Trainingsjahr)</b> 1 - 2 TE pro Woche	<b>Grundlagentraining (GLT)</b> <b>D2 – Kader</b> <b>- 14 Jahre (- 3. Trainingsjahr)</b> 1 - 2 TE pro Woche	<b>Aufbautraining (ABT)</b> <b>D3 – Kader</b> <b>- 16 Jahre (- 5. Trainingsjahr)</b> 2 – 3 TE pro Woche	<b>Leistungstraining (LT)</b> <b>D4 - Kader</b> <b>- 18 Jahre (- 7. Trainingsjahr)</b> 2 – 4 TE pro Woche
Sinnvolles Verhalten auf der Bahn Entwicklung von Selbstdisziplin für Training Verantwortungsgefühl für die eigenen Leistungen aufbauen Spielfreude erhalten	Inhalte der GA weiterentwickeln Vorbildfunktion schaffen Willen nach Zielerreichung erzeugen Entwicklung von Mannschaftsgeist und Teamfähigkeit Entwicklung von Selbstdisziplin für Training und Wettkampf	Inhalte der GLT weiterentwickeln Wettkämpfe gegen zunehmend stärkere Gegner Konzentrationsfähigkeit schulen (Grundsteinlegung) Entwicklung von einfachen psychoregulativen Fertigkeiten	Entwickeln von Wettkampfhärte durch immer schwerer werdende Wettkämpfe <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bestmögliche Gegner</li> <li>▪ Fremde Bahnen</li> <li>▪ Bei unbestimmten Rahmenbedingungen</li> </ul> Entwickeln von Risikobereitschaft Erweitern der psychoregulativen Maßnahmen Selbstorganisation schulen Selbstwirksamkeitstraining Wettkampfvorbereitung, Wurfvorbereitung ritualisiert stabilisieren

# Rahmentrainingsplan Schere Spieltechnik

Grundausbildung (GA) D1 –Kader - 11 Jahre (1.Trainingsjahr) 1 - 2 TE pro Woche	Grundlagentraining (GLT) D2 – Kader - 14 Jahre (- 3. Trainingsjahr) 1 - 2 TE pro Woche	Aufbautraining (ABT) D3 – Kader - 16 Jahre (- 5. Trainingsjahr) 2 – 3 TE pro Woche	Leistungstraining (LT) D4 - Kader - 18 Jahre (- 7.Trainingsjahr) 2 – 4 TE pro Woche
<b>Grobform des Bewegungsablaufes (BA):</b> 1. Grundhaltung: Kugel beidhändig vor dem Körper, Oberkörper angebeugt, richtungsgenauer Stand (seitlich) 2. Auftakt: Kugelführung aufwärts seitlich, in Bewegung reinfallen 3. 3-Schritt-Anlauf: Schrittlänge klein-mittel-groß und richtungsgenau; 4. fließender, zielgerichteter Armschwung (Armpendel) mit durchgedrücktem Ellbogen, Nichtspielarm nutzen 5. Kugelabgabe im Ausfallschritt (3.Schritt); Fixierung des Handgelenks bei Kugelabgabe 6. Abgangsschritt, richtungsgenau 7. Schlusshaltung	<b>Feinkoordination des BA:</b> 1. Grundhaltung körperlich entspannt, Konzentration auf richtungskorrekten Fixierpunkt, angebeugt, Fußstellung mind. Spaltbreit auseinander 2. Auftaktbewegung stabilisieren 3. Koordination von Arm- und Beinbewegung - Timing – 4. Armpendel wie GA 5. bewusste Handhaltung bei Kugelabgabe 6. wie GA 7. wie GA Erlernen von individueller Fehleranalyse	Altersgemäße Anpassung der Kugel (16er Kugel) <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ bei Auftakt Fliehkraft für höheres Kugelgewicht nutzen</li> <li>▪ Gleichgewichtsschulung, gerader Anlauf</li> </ul> Optimieren technischer Elemente Alle Punkte wie GLT Nichtspielarm zur Bewegungsstabilisierung nutzen Handhaltung bei Auftakt und Armschwung starr und richtungsgenau Auswerten von Kugellauflinien und Wirkungsgrad in Verbindung mit dem Charakter der Bahn Spiel auf Kegegruppen Vertiefung von individueller Fehleranalyse	<b>Stabilisierung der Feinform</b> Festigung des persönlichen Stils (Freiräume lassen, solange nicht leistungshemmend oder gesundheitsschädlich Erweitern des technischen Könnens durch Varianten <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lauflinien trainieren (direkt, zu 1, von 1), Lauflinienstrategie entwickeln</li> <li>▪ Geschwindigkeitsanpassung</li> </ul>

# Rahmentrainingsplan Schere Taktik

Grundausbildung (GA) D1 – Kader - 11 Jahre (1. Trainingsjahr)	Grundlagentraining (GLT) D2 – Kader - 14 Jahre (- 3. Trainingsjahr)	Aufbautraining (ABT) D3 – Kader - 16 Jahre (- 5. Trainingsjahr)	Leistungstraining (LT) D4 - Kader - 18 Jahre (- 7. Trainingsjahr)
<p>Entwickeln einfacher Zielsysteme Aufbau eines persönlichen Verhältnisses: Spieler – Trainer(-stab)</p> <p>Individuelle Präferenzen Technik (Fehlerquote minimieren)</p> <p>Anlauf den körperlichen Verhältnissen angepasst festlegen</p> <p>Zielen über den Fixierpunkt üben (Blick auf Fixierpunkt lenken)</p> <p>Verhalten im Spielbereich lernen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Entsprechende Regeln beachten</li> <li>▪ Vorbildfunktionen beachten</li> </ul>	<p>Spielen der rechten und linken Gasse (unter Beachtung der bahntechnischen Eigenschaften)</p> <p>Erlernen des Abräumspiels (Trainieren von Bildergruppen)</p> <p>Kegel- und Kugelablenkung verstehen (Einwirkung von Kugel und Kegel auf den Kegelfall)</p> <p>Wettkampfverhalten erlernen und schulen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Einzelwettkampf</li> <li>▪ Mannschaftswettkampf</li> </ul> <p>Anweisungscodes klar definieren und anwenden</p> <p>Persönliches Verhältnis Spieler – Trainer (-stab) stabilisieren</p> <p>Bewegungsablauf und Verhalten gezielt anhand von Vorbildern weiterentwickeln</p>	<p>Bahneigenschaften erkennen und Anpassung lernen</p> <p>Veränderung von Anlaufpunkt und Anlaufrichtung in Bezug auf Kegel und Kugellauflinie</p> <p>Erkennung Wirkungsgrad der gespielten Kugellauflinie</p> <p>Wettkampfvorbereitung erlernen und verfeinern (Körper &amp; Psyche)</p> <p>Führen von Wettkämpfen erlernen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Angriffsspiel</li> <li>▪ Sicherheitsspiel</li> <li>▪ Verhalten zum Gegner</li> <li>▪ Spez. Spielsituationen</li> </ul>	<p>Inhalte des ABT weiterentwickeln und stabilisieren</p> <p>Lauflinienstrategie entwickeln</p> <p>Zusammenarbeit Trainer – Spieler im Wettkampf weiterentwickeln</p> <p>Einschätzung des Bahnstandards optimieren</p>
<p>Einschätzung der eigenen Leistung erlernen und optimieren</p>			



**Rahmentrainingsplan Technik**

<b>Grundausbildung</b> D1-Kader -11 Jahre (1. Trainingsjahr) 1 - 2 TE pro Woche	<b>Grundlagentraining</b> D2-Kader -14 Jahre (-3. Trainingsjahr) 1 - 2 TE pro Woche	<b>Aufbautraining</b> D3-Kader - 16 Jahre (-5. Trainingsjahr) 2 - 3 TE pro Woche	<b>Leistungstraining</b> D4-Kader - 18 Jahre (-7. Trainingsjahr) 2 - 4 TE pro Woche
<b>Grobform des Bewegungsablaufes</b>	<b>Feinkoordination</b>	<b>Altersgemäße Anpassung der Kugel (16er Kugel)</b>	<b>Stabilisierung der Feinform</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Grundhaltung: Kugel beidhändig vor dem Körper, Oberkörper angebeugt, richtungsgenauer Stand (seitlich)</li> <li>2. Auftakt: Kugelführung aufwärts, seitlich, in Bewegung reinfallen</li> <li>3. 3-Schritt-Anlauf: Schrittlänge klein-mittel-groß und richtungsgenau</li> <li>4. Fließender, zielgerichteter Armschwung (Armpendel) mit durchgedrücktem Ellbogen, Nichtspielarm nutzen</li> <li>5. Kugelabgabe im Ausfallschritt (3. Schritt); Fixierung des Handgelenks bei Kugelabgabe</li> <li>6. Abfangschritt, richtungsgenau</li> <li>7. Schlussstellung</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Grundhaltung körperlich entspannt, Konzentration auf richtungskorrekten Fixierpunkt, angebeugt, Fußstellung mind. spaltbreit auseinander</li> <li>2. Auftaktbewegung stabilisieren</li> <li>3. Koordination von Arm- und Beinbewegung - Timing -</li> <li>4. Armpendel wie GA</li> <li>5. Bewusste Handhaltung bei Kugelabgabe</li> <li>6. Wie GA</li> <li>7. Wie GA</li> </ol> Spiel auf Kegelpartnern Erlernen von individueller Fehleranalyse	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bei Auftakt Fliehkraft für höheres Kugelgewicht nutzen</li> <li>- Gleichgewichtsschulung, gerader Anlauf</li> <li>- Optimieren technischer Elemente</li> <li>- alle Punkte wie GLT</li> <li>- Nichtspielarm zur Bewegungsstabilisierung nutzen</li> <li>- Handhaltung bei Auftakt und Armschwung starr und richtungsgenau</li> <li>- Auswerten von Kugellauflinien und Wirkungsgrad in Verbindung mit dem Charakter der Bahn</li> <li>- Verminderung der Kugellaufzeit (KLZ)</li> <li>- Spiel auf Kegelpartnern</li> <li>- Vertiefung von individueller Fehleranalyse</li> </ul>	Festigung der persönlichen Technik (Freiräume lassen, solange nicht leistungshemmend oder gesundheitsschädlich)  Erweitern des technischen Könnens durch Varianten Lauflinien trainieren (direkt, zu 1.), von 1), Lauflinienstrategie entwickeln  Verminderung der Kugellaufzeit (KLZ)

**Rahmentrainingsplan Taktik**

<b>Grundausbildung</b> D1-Kader -11 Jahre (1. Trainingsjahr)	<b>Grundlagentraining</b> D2-Kader -14 Jahre (-3. Trainingsjahr)	<b>Aufbautraining</b> D3-Kader - 16 Jahre (-5. Trainingsjahr)	<b>Leistungstraining</b> D4-Kader - 18 Jahre (-7. Trainingsjahr)
<p>Entwickeln einfacher Zielsysteme, Aufbau eines persönlichen Verhältnisses "Spieler-Trainer(stab)"</p> <p>Individuelle Präferenzen Technik (Fehlerquote minimieren)</p> <p>Anlauf den körperlichen Verhältnissen angepasst festlegen</p> <p>Zielen über den Fixierpunkt üben (Blick auf Fixierpunkt lenken)</p> <p>Verhalten im Spielbereich</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- entsprechende Regeln beachten</li> <li>- Vorbildfunktion beachten</li> </ul> <p>Einschätzung der eigenen Leistung erlernen und optimieren</p>	<p>Spielen der rechten und linken Gasse (unter Beachtung der bahntechnischen Eigenschaften)</p> <p>Erlernen des Abräumspiels (Trainieren von Bildergruppen)</p> <p>Kegel- und Kugelablenkung verstehen (Einwirkung von Kugel und Kegel auf Kegelfall)</p> <p>Wettkampfvorhalten erlernen und schulen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einzelwettkampf</li> <li>- Mannschaftswettkampf</li> </ul> <p>Anweisungscodes klar definieren und anwenden</p> <p>Persönliches Verhältnis Spieler - Trainer(stab) stabilisieren</p> <p>Bewegungsablauf und Verhalten gezielt anhand von Vorbildern weiterentwickeln</p>	<p>Bahneigenschaften erkennen und Anpassung lernen</p> <p>Veränderung von Anlaufpunkt und Anlaufrichtung in Bezug auf Kegel und Kugellauflinie</p> <p>Erkennung Wirkungsgrad der gespielten Kugellauflinie</p> <p>Wettkampfvorbereitung erlernen und verfeinern (Körper u. Psyche)</p> <p>Führen von Wettkämpfen erlernen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Angriffsspiel</li> <li>- Sicherheitsspiel</li> <li>- Verhalten zum Gegner</li> <li>- Spezielle Spielsituationen</li> </ul>	<p>Inhalte des ABT weiterentwickeln und stabilisieren</p> <p>Lauflinienstrategie entwickeln</p> <p>Zusammenarbeit Trainer-Spieler im Wettkampf</p> <p>Einschätzung des Bahnstandards optimieren</p>

**Rahmentrainingsplan Persönlichkeit**

<b>Grundausbildung</b> D1-Kader -11 Jahre (1. Trainingsjahr)	<b>Grundlagentraining</b> D2-Kader -14 Jahre (-3. Trainingsjahr)	<b>Aufbautraining</b> D3-Kader - 16 Jahre (-5. Trainingsjahr)	<b>Leistungstraining</b> D4-Kader - 18 Jahre (-7. Trainingsjahr)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinnvolles Verhalten auf und hinter der Bahn erlernen</li> <li>- Entwickeln von Selbstdisziplin für das Training</li> <li>- Entwickeln von Mannschaftsgeist und Verantwortung in der Trainingsgruppe</li> <li>- Spielfreude und Selbstvertrauen durch kleine Erfolgserlebnisse schaffen und entwickeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inhalte der GA weiterentwickeln</li> <li>- Vorbildfunktion schaffen und entwickeln</li> <li>- Siegeswillen im Wettkampftaining und in den Wettkämpfen selbst entwickeln</li> <li>- Erlernen des mentalen Trainings im Bereich des Vorstellens des Bewegungsablaufes bis hin zur Startstellung</li> <li>- Erlernen der objektiven Einschätzung des eigenen Leistungsvermögens</li> <li>- Beachtung des familiär-schulischen Umfeldes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inhalte des GLT weiterentwickeln</li> <li>- Wettkampfhärte, Risikobereitschaft gegen zunehmend stärkere Gegner entwickeln</li> <li>- Entwickeln von einfachen psychoregulativen Fertigkeiten (Atemübungen, mentales Training)</li> <li>- Beachtung des familiär-schulisch-beruflichen Umfeldes</li> <li>- eigene Vorbildfunktion einschätzen lernen</li> <li>- Entwicklung und Vervollkommnung der leistungssportlichen Einstellung in der Vorbereitung und Durchführung von Training sowie Wettkampf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vervollkommnung der leistungssportlichen Einstellung</li> <li>- Wettkampfhärte und Risikobereitschaft vervollkommen gegen:                             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. bestmögliche Gegner</li> <li>2. fremde Bahnen und Bahnverhältnisse</li> <li>3. unbestimmte Rahmenbedingungen</li> </ol> </li> <li>- Erweiterung der psychoregulativen Fertigkeiten zum Standard</li> <li>- Wettkampf- und Wurfvorbereitung werden ritualmäßig standardisiert</li> <li>- Vervollkommnung im Umgang mit der eigenen Vorbildfunktion</li> <li>- Komplexe Beachtung des leistungssportlichen Umfeldes (Familie, Beruf, Sponsoren...)</li> </ul>

**Rahmentrainingsplan Körperliche Fertigkeiten**

<b>Grundausbildung</b> D1-Kader -11 Jahre (1. Trainingsjahr)	<b>Grundlagentraining</b> D2-Kader -14 Jahre (-3. Trainingsjahr)	<b>Aufbautraining</b> D3-Kader - 16 Jahre (-5. Trainingsjahr)	<b>Leistungstraining</b> D4-Kader - 18 Jahre (-7. Trainingsjahr)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Allgemeine Körperbildung durch vielseitige Bewegungs- und Spielformen</li> <li>- Ausbildung von koordinativen Fähigkeiten und Beweglichkeit</li> <li>- keine ernstesten Wettkämpfe, nur Spielformen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inhalte entsprechend GA</li> <li>- Gezielte Ausprägung der Grundlagenausdauer, Laufen - Schwimmen oder Radfahren mit Überprüfung (Coopertest)</li> <li>- Beginn der Ausbildung der wettkampfspezifischen Ausdauer in Vorbereitung von Wettkampfhöhepunkten in Form des gezielten Trainings in Überdistanzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inhaltliche SP des GLT weiterentwickeln</li> <li>- Erlernen individueller Stretchingprogramme zur Trainings- und Wettkampfvor- bzw. -nachbereitung</li> <li>- Beginn der gezielten Kraftausdauerschulung mit und ohne Gewicht. Aufbau gezielter Trainingsprogramme</li> <li>- Erlernen des Zusammenhangs von Trainings- bzw. Wettkampfbelastung, Ermüdung und sinnvolle Regeneration</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inhaltliche SP des AT weiterentwickeln</li> <li>- Stretchingprogramme als "Ritual" der körperlichen und geistigen Wettkampfvorbereitung vervollkommen</li> <li>- individuelle Gestaltung der Trainingsprogramme zur Ausprägung der Ausdauer, Kraftausdauer und der wettkampfspezifischen Ausdauer</li> <li>- Erlernen der Zusammenhänge von Belastung und leistungsorientierter Ernährung in Vorbereitung und während der Wettkämpfe</li> </ul>