

ALV-Vorkadertraining Winter 2022/23

Zielgruppe talentierte 11- bis 14-Jährige aus dem Aargau, welche in Ergänzung zu den Vereinstrainings ein zusätzliches LA-spezifisches Training absolvieren möchten. Eine Liste von allen potentiellen Kandidat*innen wird auf der ALV-Homepage jeweils Anfangs Oktober publiziert.

Zulassung Auf Empfehlung und immer in Absprache mit den Heimtrainern. Leistungsmässige Grundanforderung; CH-Final-Qualifikation bei den Nachwuchsprojekten (Mille Gruyère, Visana Sprint und UBS Kids Cup) oder Vorjahrespunktzahl UBS Kids Cup gemäss folgender Tabelle.

Girls	Jungs	Punkte	Bemerkung
W10 / U12	M10 / U12	über 1300	Teilnahme erst ab zweitem Jahr U12 möglich (ab Herbst)
W11 / U12	M11 / U12	über 1500	
W12 / U14	M12 / U14	über 1700	
W13 / U14	M13 / U14	über 1900	
W14 / U16	M14 / U16	über 2100	Teilnahme nur bis Ende erstes Jahr U16 möglich (bis Herbst)

Athlet*innen welche die Kaderwerte des NLZ-NWS erreichen, sind ebenfalls teilnahmeberechtigt bis Ende erstes Jahr U16. Aufgrund von auffallenden Entwicklungen können auch weitere Kandidat*innen aufgenommen werden.

Trainer*in Noelaineza Augustin (Swiss Athletics Trainer A)
Andreas Weber (Swiss Olympic Trainer Leistungssport, J+S-Leiter Kindersport)

Inhalt Grundlagen- und Disziplinentraining über alle leichtathletischen Disziplinen. Die Trainingsinhalte werden geplant und den Heimtrainern mitgeteilt.

Orte Aarau, Wettingen, Berikon und Windisch.

Zeitraum ab November 2022 bis zu den Frühlingsferien 2023 während Schulzeit (Ferienbetrieb nach Absprache)

Daten Winterhalbjahr

Tag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer*in
Montag	18:30-20:00	Berikon Primar	Mehrkampf	Noelaineza
Mittwoch	13:30-15:00	Windisch Chapf	Mehrkampf	Noelaineza
	16:00-17:30	Aarau Telli	Mehrkampf	Noelaineza
	16:00-17:30	Wettingen Tägi	Mehrkampf Stab	Andreas
Freitag*	16:30-18:00	Wettingen Tägi	Mehrkampf	Noelaineza

* alle 2 Wochen

Kosten 100.- pro Semester, unabhängig der Anzahl Trainings-Teilnahmen. Der Betrag wird nach Start des Angebotes in Rechnung gestellt. Eine allfällige Beteiligung des Heimvereines muss selber abgeklärt werden.

Durchführung Das Angebot wird nur durchgeführt ab einer Teilnehmerzahl von 5 Athlet*innen. Über die Durchführung des Angebotes wird im Oktober informiert.

Teilnahme Eine regelmässige Teilnahme wird vorausgesetzt. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Für allfällige Gesuche für die Schulen stellt der ALV ein Empfehlungsschreiben aus.

Anmeldung Die Anmeldung erfolgt via Website ALV (coming soon) und ist verbindlich.

Lager Das Angebot kann mit Lagern / Trainingsweekends ergänzt werden.

17.10.2022/aw

Leadingpartner

Leistungspartner