Das dezentrale Trainings-, Förder- und Wettkampfkonzept des TNB

www.tnb-tennis.de YouTube TENNIS POINT Advantage You Wilson

Die dezentrale Förderung im TNB:

Maßnahmen und Ziele

Im Tennisverband Niedersachsen-Bremen e.V. basiert die Förderung und Ausbildung der jugendlichen Talente auf zwei Säulen:
Der zentralen Förderung, die im Training des Landes- und Bundeskaders an der TennisBase Hannover gipfelt, und der dezentralen Förderung, die die Grundlage des gesamten Systems bildet.

Das Hauptziel der dezentralen Förderung im TNB lautet, möglichst viele talentierte Kinder flächendeckend zu sichten und durch eine nachfolgend optimale Förderung an die Sportart Tennis zu binden und überdies an das Leistungstennis heranzuführen.

Aber was ist in diesem Falle optimal?
Optimale Förderung ist zu verstehen als ein geplanter, in Phasen gestaffelter Prozess der systematischen Leistungsentwicklung.

Um diese Phasen Schritt für Schritt umzusetzen und die gesteckten Ziele zu erreichen, erhalten die Talente zunächst in Zusammenarbeit mit den Mitgliedsvereinen in den Regionen ein durchgeplantes, systematisches und leistungsorientiertes Grundlagen- und Aufbautraining.

Dieses bildet die Basis, um in den Folgejahren die talentiertesten Kinder und Jugendlichen in der zentralen Förderung des TNB in der TennisBase Hannover – gleichermaßen Sitz des Landesleistungszentrums (LLZ) sowie des Bundesstützpunktes (BSP) – in die nationale und internationale Spitze im Jugend- und Erwachsenenbereich zu führen.

Den Regionen im TNB kommt in dieser Phase des Trainingsaufbaus eine besonders wichtige Rolle zu. Sie sollen durchaus im sportlichen Wettstreit miteinander konkurrieren. Priorität hat aber die Kooperation miteinander in der täglichen Trainingsarbeit. Im Mittelpunkt des Interesses sowohl der Regionen als auch des TNB steht immer und ausnahmslos die optimale Förderung und Entwicklung sowie das Wohl jedes einzelnen Spielers.

Grundlage des dezentralen Konzeptes bilden das jeweils gültige TNB Leistungssportkonzept und DTB Rahmentrainingskonzept. Das DTB Rahmentrainingskonzept ist ein bundesweit geltender Leitfaden zur Vernetzung der Trainingsarbeit in allen Altersstufen. Das Ziel: Eine optimale Nachwuchsleistungsförderung. Auch die Zielsetzung und Aufgabenverteilung der Nachwuchsförderung in den TNB Regionen orientieren sich an dem DTB Stufenmodell, das den Landes-, Regions- und Heimtrainern einen Orientierungsrahmen vorgibt, nach welchem gearbeitet werden soll.

Bei der Umsetzung sollen Prinzipien des systematischen Leistungsaufbaus berücksichtigt werden. Diese Prinzipien regeln und beschreiben den Trainingsaufbau, die Verteilung der Trainingsschwerpunkte in bestimmten Altersstufen sowie den alters- und entwicklungsgemäßen Leistungsaufbau im Tennis durch Training und Wettkampf.

Leistungskriterien und Trainingsinhalte werden den verschiedenen Alters- und Leistungsstufen zugeordnet. Hierzu wird ein Stufenmodell dargestellt, welches sich auf der Grundlage des aktuellen Forschungsstandes aus der Literatur ableiten lässt. Es stellt einen geplanten, in Phasen gestaffelten Prozess der systematischen Leistungsentwicklung dar.
Der langfristige Leistungsaufbau ist in fünf Phasen gestaffelt:

1. Allgemeine Grundlagenausbildung (AGA)
2. Grundlagentraining (GLT)
3. Aufbautraining (ABT)
4. Anschlusstraining (AST)
5. Hochleistungstraining (HLT)

Jede einzelne Phase, die in dem Konzept „Dezentrale Förderung im TNB“ ebenso vorgestellt wird, wie Sichtungs- und Förderungsgrundlagen, das Qualitäts-Management-System des TNB und Trainingsphasen, hat das Ziel am Ende einen Spieler geformt zu haben, der es mit der nationalen und internationalen Leistungsspitze aufnehmen kann. Das Konzept ist die künftige Basis einer optimalen Nachwuchsleistungsförderung und der langfristigen Entwicklung von Höchstleistung.

Andrea Kalbe
TNB Vizepräsidentin
Jugend

Eckhard Mittelstaedt
Leiter
dezentrales Training Jugend

Langfristiger Leistungsaufbau – das Stufenmodell

Das Stufenmodell ist in fünf Trainingsetappen gestaffelt. Die TNB-Regionen übernehmen im Rahmen dieses Stufenmodells wichtige Aufgaben in den Etappen „Allgemeine Grundlagenausbildung (AGA), Grundlagentraining (GLT) und Aufbautraining (ABT).

1. Allgemeine Grundlagenausbildung (AGA)

Es beschreibt eine *„Vorbereitungsstufe für ein Training in einer Sportart mit weitgreifenden sportübergreifender allgemein-vielseitiger Bewegungsschulung."* Die Ausbildung soll den Athleten auf leistungsorientiertes Training vorbereiten und vor allem das Interesse am Sport wecken. Das Erlernen der motorischen Grundfertigkeiten steht im Fokus.

2. Grundlagentraining (GLT)

Diese Etappe beschreibt einen langfristigen Trainings- und Leistungsaufbau. Dieser soll eine grundlegend und sportartspezifische Leistungsvoraussetzung sowie eine hohe vielseitige Belastbarkeit für künftige Trainingsanforderungen schaffen.

3. Aufbautraining (ABT)

Das Aufbautraining beschreibt die Phase des vielseitigen und stärker auf die Sportart Tennis bezogenen Trainings. Das Niveau soll allgemein gesteigert werden und sowohl speziellere Leistungsvoraussetzungen schaffen, als auch Belastbarkeit für die Anforderungen in den nächsten Trainingsphasen sichern.

4. Anschlusstraining (AST)

Durch das Anschlusstraining wird der Übergang vom Nachwuchs- zum Hochleistungssport gesichert. Diese Phase ist extrem tennisspezifisch und an den jeweiligen Sportler angepasst. Um den Übergang zum Hochleistungssport zu bewältigen, müssen hochwertige internationale Wettkampfmöglichkeiten genutzt werden.

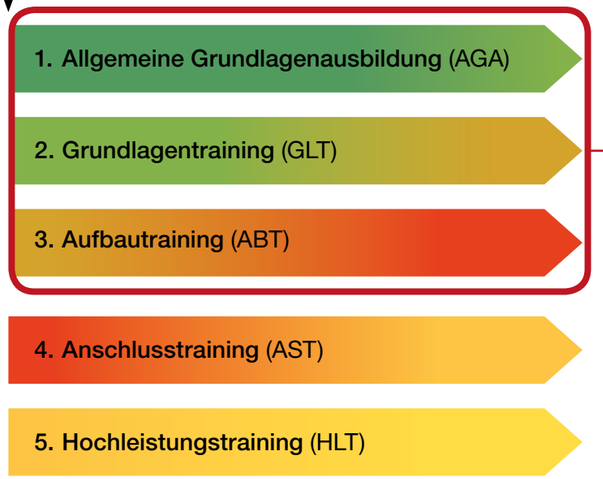
5. Hochleistungstraining (HLT)

Hochleistungstraining ist individuell an den Athleten angepasst und auf die Sportart spezialisiert. Dieses Training zeichnet sich durch vier Merkmale aus:

- Individuelle Trainingsplanung orientiert an der Wettkampfstruktur
- Zyklisierung des Trainings mit der Fokussierung auf Wettkampfhöhepunkte
- Kontinuierliche Trainingssteuerung
- Sicherung der Einheit von Trainings- und Wettkampfanforderungen

Siehe Grafik „Stufenmodell

Das Stufenmodell ist in folgende Trainingsetappen gestaffelt:

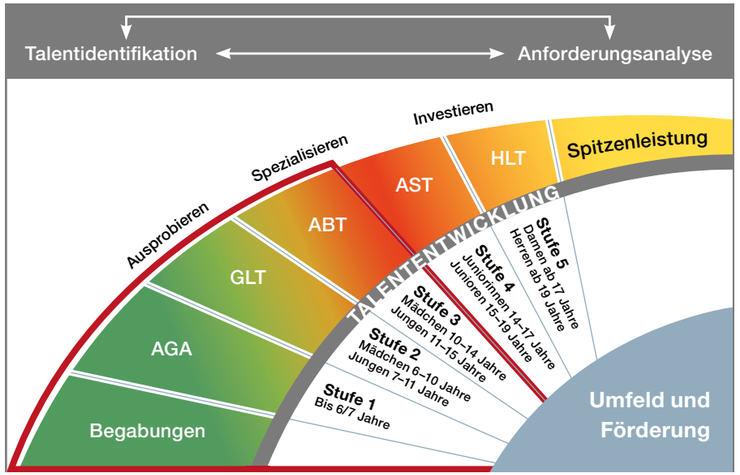


Im Rahmen dieses Stufenmodells übernehmen die TNB-Regionen wichtige Aufgaben in den Etappen AGA, GLT und ABT.

Langfristiger Leistungsaufbau – die Altersbereiche

Die Etappen von der Talentidentifikation bis hin zur Spitzenleistung. Die Einteilung der Altersstufen ist den Etappen der langfristigen Trainingssteuerung zugeordnet.

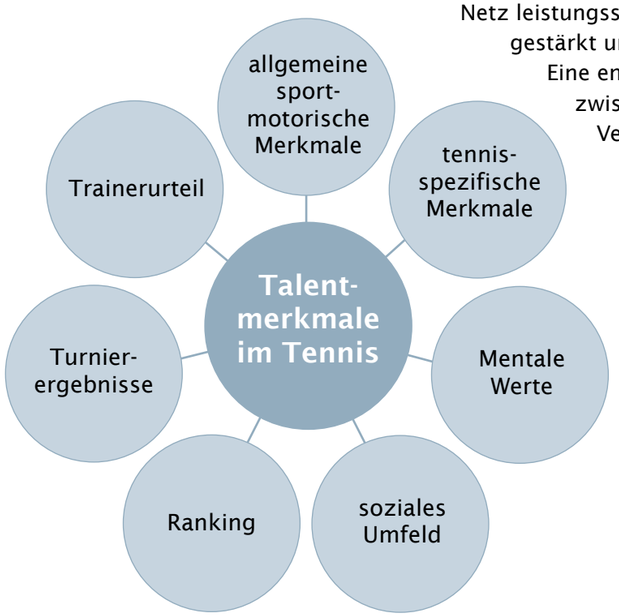
Die Hauptarbeit der Regionen konzentriert sich auf die „Altersbereiche mit den einhergehenden Stufen Begabungen" – „Allgemeine Grundlagenausbildung (AGA) – „Grundlagentraining (GLT)" und „Aufbautraining (ABT)". Dieses umfasst ein Altersspektrum ab sechs bis zu 14/15 Jahren.



Flächendeckende Sichtung von talentierten und förderungswürdigen Kindern im Jüngstenbereich

Talentsuche als erster Schritt zum Nachwuchsleistungssport erfolgt im TNB über alle Regionen und Vereine hinweg. Der Verein ist nach wie vor die sportliche Heimat jedes Athleten. Genau hier beginnt die sportliche Laufbahn, und die Vereinszugehörigkeit ist die notwendige Voraussetzung für eine Teilnahme am Wettkampfsport.

Die Sportvereine sind überdies für die leistungssportliche Ausbildung und Entwicklung von Talenten ein wichtiger Partner, Begleiter und Förderer über einzelne oder auch mehrere zusammenhängende Etappen des langfristigen Leistungsaufbaus hinweg. Vereine tragen erheblich zur Stärkung des Tennissports im TNB bei. Auf dieser Basis muss das Netz leistungssporttragender Vereine gestärkt und erweitert werden. Eine enge Zusammenarbeit zwischen Regionen und Vereinen ist unerlässlich.



- Die Talentsuche erfolgt in den Vereinen und Regionen.
- Die Verantwortlichen der Regionen und in den Vereinen müssen regelmäßigen und engen Kontakt haben.
- Die traditionelle Talentsuche in den Vereinen spielt weiterhin eine wichtige Rolle.
- Es ist notwendig neue Ansätze und Konzepte zu entwickeln und umzusetzen:
  - Kooperationen mit Schulen, AGs, Schultennisevents, Kooperationen mit Kindergärten und Kindertagesstätten, TNB Ball- und Bewegungsschule, Talentino-Programme.
- Das Einstiegsalter im Tennis variiert zwischen vier bis neun Jahren.
- In diesem Altersbereich liegen die Stufe 1 (Allgemeine Grundlagenausbildung) und teilweise die Stufe 2 (Grundlagentraining) des langfristigen Leistungsaufbaus.
- Hier sollte von den Vereinen (bis etwa sechs/sieben Jahre) und in den Regionen (sieben bis neun Jahre) eine intensive Talentakquise und Talentfindung betrieben werden.
- Die Talentsichtung des Verbandes erfolgt im Bereich U8–U10 über Scouting Maßnahmen bei den Turnierserien des Red-, Orange- und Green-Cups sowie über Sichtungslehrgänge.
- Beim sportlichen Talent müssen verschiedene Komponenten zusammenwirken. Kriterien sind u.a.
  - individuelles sportliches Talent
  - Leistungsfähigkeit in den Bereichen: Laufen, Springen, Werfen, Fangen, Gewandtheit, Geschicklichkeit
  - Persönlichkeitseigenschaften
  - Beständigkeit, Geduld, Zielstrebigkeit, Fleiß, Durchhaltevermögen, Toleranz von Trainingsbelastungen
  - Umfeldeinflüsse
  - Unterstützung durch Elternhaus, soziales Umfeld, Schule
  - Trainingsbedingungen
  - Qualität des Trainers, Qualität und Umfang des Trainings, Trainingsangebote, Trainingspartner, Trainingseinrichtungen, Entfernung zum Trainingsort.

Durchführung der allgemeinen Grundlagenausbildung (AGA) – Stufe 1 – bis sechs/sieben Jahre

Diese Aufgabe beschreibt eine *„Vorbereitungsstufe für ein Training in einer Sportart mit weitgreifender, sportartübergreifender, allgemein-vielseitiger Bewegungsschulung“*.

Die Ausbildung soll die Athleten auf leistungsorientiertes Training vorbereiten und vor allem das Interesse am Sport wecken und das Erlernen der motorischen Grundfertigkeiten in den Fokus stellen.

Die Hauptzuständigkeit in dieser Ausbildungsstufe liegt bei den Vereinen. Somit sind hier wichtig:

- vielfältige Angebote für Kinder
- Angebote in vielen Vereinen, breite Ausbildung
- andere Sportarten
- viel Spaß als entscheidender Faktor für die Motivation.

Die Regionen unterstützen diese Arbeit und sind ergänzend und beratend tätig.

Vorschlag Trainingsplanung/Empfehlung DTB Rahmentrainingskonzept

Total pro Woche	Tennistraining	Athletik/Ausgleich	Freies Spielen	Psyche
1–3 x pro Woche	1–2	Integriert/andere Sportarten	1	Hoher Spaßfaktor
Je 45–60 min extern				
Elterliche Unterstützung zuhause	Intensive Sichtungsmaßnahmen			

Durchführung des Grundlagentrainings (GLT) – Stufe 2 – Mädchen sechs bis zehn Jahre – Jungen sieben bis elf Jahre

Diese Etappe schafft grundlegende und sportartspezifische Leistungsvoraussetzungen und eine hohe vielseitige Belastbarkeit für künftige Trainingsanforderungen.

Im Vordergrund steht:

- die Bindung der Kinder an die Sportart Tennis durch ein qualitativ hochwertiges Training und altersangemessene Turniere zu erhöhen,
- die Kinder an das leistungsorientierte Tennis heranzuführen.

Die Hauptzuständigkeit ab dieser Ausbildungsstufe liegt bei den Regionen. Insbesondere die Steuerung der Trainings- und Turnierplanung des Regionskaders, unter Einbeziehung aller Trainingsebenen (Vereins-, Privattraining, etc.), ist zentrale Aufgabe der Regionen.

Vorschlag Trainingsplanung/Empfehlung DTB Rahmentrainingskonzept

Total pro Woche	Tennistraining	Athletik/Ausgleich	Freies Spielen	Psyche
4–8 Stunden/ Woche	50 %	30 %	20 %	Im Tennis-training
2–4 x pro Woche	45–90 min	30–60 min	30–60 min	
	2–3 Einheiten pro Woche	1–2 Einheiten pro Woche	1–2 x pro Woche	Mentale Grundlagen im Tennistraining einbringen

Intensive Sichtungsmaßnahmen

Vorschlag Wettkampfplanung/Empfehlung DTB Rahmentrainingskonzept

Anzahl Turniere/ Matches pro Jahr	Art der Turniere	Schwerpunkt
• 5–12 Turniere ca. 30 Matches inklusive Doppel und Punktspiele • Vor allem auf regionaler Ebene	• Mannschaftswettkämpfe • Doppelturniere • Vielseitigkeitswettkämpfe • Kurze Sätze, Spielen auf Zeit • Gruppenspiele • Nebenrunde • Einzelturniere • Erste überregionale Turniere	• Erfolgserlebnisse • Mannschaftserfolge • Erfahrungen durch viele unterschiedliche Gegner sammeln • Spaß am Wettkampf und Entwicklung wichtiger als Endergebnis

- Noch keine Jahresplanung nötig, der Wochenplan ergibt sich aus Schule und Trainingsangebot
- Keine spezielle Turnierplanung, Wettkämpfe in der Nähe suchen, Punktspiele bestreiten
- Ferienzeiten nutzen
- Keine Ranglisten

Durchführung des Aufbautrainings (ABT) – Stufe 3 – Mädchen zehn bis 14 Jahre – Jungen elf bis 15 Jahre

Diese Etappe beschreibt ein vielseitiges und stärker auf die Sportart bezogenes Training. Das Niveau soll allgemein gesteigert werden und sowohl speziellere Leistungsvoraussetzungen schaffen, als auch Belastbarkeit für künftige Trainingsanforderungen sichern.

Im Aufbautraining differenzieren sich das Training und die Wettkampfsteuerung innerhalb des Regionskaders nach leistungssportlichen Maßstäben. Das Ziel ist, die Talente in der Verbandsspitze zu etablieren und national wettbewerbsfähiges Leistungstennis zu betreiben. Hierbei sollte die Region eine Möglichkeit finden, perspektivisch erfolgversprechende sowie besonders einsatzbereite Kinder stärker und individueller zu fördern.

Der Altersbereich von U10 bis U14 ist ein sehr wichtiger Bereich. In dieser Altersspanne liegt unter anderem das „goldene motorische Lernalter“. Es bietet sich daher an, in dieser Phase technische Elemente zu forcieren und alle technischen Anforderungen entsprechend zu schulen und zu verfeinern. Die schlagtechnische Ausbildung sollte am Ende dieser Phase weitestgehend abgeschlossen sein. Später kommen eher Anpassungs- und Optimierungsprozesse dazu. Auch die konditionellen Belastungen steigen und es sollte vermehrt an Wettkämpfen teilgenommen werden.

Vorschlag Trainingsplanung/Empfehlung DTB Rahmentrainingskonzept

Total Umfang pro Woche	Technik- und Taktiktraining	Athletik/Ausgleich	Freies Spielen	Psyche
6–12 Stunden	50 %	30 %	20 %	Im Tennis-training
3–5 x pro Woche	60–120 min	60 min	30–60 min	
Mehr Gruppen- als Einzeltraining	2–5 Einheiten pro Woche	1–3 Einheiten pro Woche	2–3 x pro Woche	Mentale Grund-lagen im Tennistraining einbringen. In Ausnahme-fällen indivi-duelles Mental-training
		Gezielte Athletik-blöcke einbauen 3–4 x 4 Wochen pro Jahr		

Jährliche Sportmedizinische Untersuchung
Zweimal jährlich Konditionstest auf Landesebene/Regionsebene

Vorschlag Wettkampfplanung/Empfehlung DTB Rahmentrainingskonzept

Anzahl Turniere/ Matches pro Jahr	Art der Turniere	Schwerpunkt
• **U12:** 10–15 Turniere, ca. 30–50 Matches inkl. Doppel und Punktspiele • **U14:** 15–20 Turniere, 40–60 Matches inkl. Doppel und Punktspiele • Vor allem auf regionaler Ebene • Ca. 25 % internationale Events • mindestens 50 % Erfolgsquote • ca. 1/3 in der höheren Alters-klassen antreten	• Mannschaft • Nationale DTB Turniere • Doppel • TE Turniere • Landesmeisterschaften • Auswahlmannschaft/Cup • Deutsche Meisterschaften • Vorrangig in seiner AK • Punktspiele für den Verein	• Es sollten verstärkt Turniere gespielt wer-den, um sich mit guten Spielern zu messen • Es sollte ein sinnvolles Verhältnis zwischen Siegen und Niederlagen geben • Das Verarbeiten von Niederlagen gehört zur Entwicklung dazu. • Entwicklung von Wettkampfhärte und Routinen • Umgang mit Druck-situationen • Keine Überbewertung von Ergebnissen

- Gemeinsame Turnierplanung mit den Eltern
- Den Umgang mit Siegen und Niederlagen besprechen
- Turnier als bestes Training

Durchführung des Anschlusstrainings (AST) – Stufe 4 – Mädchen 14 bis 17 Jahre – Jungen 15 bis 19 Jahre

Das Anschlusstraining sichert den Übergang vom Nachwuchs- zum Hochleistungssport, ist extrem tennisspezifisch und an den jeweiligen Sportler angepasst.

- Planung und Steuerung liegen in der Verantwortung des Verbandes.
- Durchführung ist zum Teil noch Aufgabe der Regionen.
- Um den Übergang zum Hochleistungssport zu schaffen, müssen hochwertige internationale Wettkampfmöglichkeiten genutzt werden.
- Gute Trainingsmöglichkeiten zeigen sich in diesem Altersbereich in den konditionellen Faktoren, Kraft und Ausdauer.
- Dieser Altersbereich ist optimal für die körperliche Ausbildung zum kompletten Athleten.
- Die Turnierergebnisse und Ranglisten gewinnen an Bedeutung und sind für Kadernominierungen Voraussetzung.

Trainingsplanung

Total Umfang pro Woche	Technik- und Taktiktraining	Athletik/ Ausgleich	Freies Spielen	Psyche
12–25 Stunden	40 %	40 %	20 %	Im Tennistraining und/ oder in Extra-Einheiten
Abhängig von Schule, Turnier- oder Trainingsphase	9–180 min	60–90 min	30–60 min	
4–6 x pro Woche Vor allem Individualtraining	6–15 Einheiten pro Woche	3–6 Einheiten pro Woche	Match-training 2–3 x pro Woche	Mentale Elemente im Training/Routinen/ Rituale & gezieltes Mentaltraining

- Gezielte Jahresplanung: Jahres, Monats – und Wochenplanung muss erstellt werden.
- Aufteilung in Blöcken, gezielte Regenerationszeiten mit einbauen.
- Pro Jahr drei Aufbauphasen mit jeweils vier Wochen (turnierfrei) einplanen.

Wettkampfplanung

Anzahl Turniere/ Matches pro Jahr	Art der Turniere	Schwerpunkt
• 12–24 Turniere ca. 60–70 Matches inklusive Doppel und Punktspiele. • Jugend vor allem auf internationaler Ebene • Nationale Aktiven Turniere	• Hochwertige nationale Turniere • Vorrangig internationale ITF Turniere • Ein Drittel im Erwachsenenbereich	• Messen mit den besten der Altersklasse • Internationaler Vergleich • Vorbereitung auf große Turniere und ATP/WTA Events

- Turnierplan jeweils für vier bis sechs Monate im Voraus
- Aufgrund der schweren Planbarkeit flexibles Umstellen ermöglichen.

Durchführung des dezentralen TNB-Kadertrainings

Die Regionen führen in Absprache und nach Maßgabe des TNB das dezentrale TNB-Kadertraining für die VK1, VK2, LK-E, LK-F durch. Kinder und Jugendliche des TNB-Kaders, die als Regionskader in den Regionen trainieren, sind besonders förderungswürdige Athleten und bedürfen besonderer Aufmerksamkeit und Anstrengungen in der Förderung.

Die Finanzierung ist eine Gemeinschaftsaufgabe des TNB und der Regionen. Die TNB Mittel für die dezentrale TNB-Kader Förderung werden über das TNB-Qualitätsmanagement-System (QM) für die Nachwuchsförderung verteilt.

Zusammensetzung und Aufbau der Regionskader

Schwerpunkt der Trainingsarbeit der Regionen ist die systematische Sichtung von talentierten Kindern und der optimale Aufbau dieser Kinder in den Trainingsetappen:

1. allgemeine Grundlagenausbildung
2. Grundlagentraining
3. Aufbautraining.

Grundlage sind das DTB Rahmentrainingskonzept und das TNB Leistungssportkonzept in seiner jeweils aktuellen Fassung.

Die Zusammensetzung der jeweiligen Regionskader muss die Schwerpunktsetzung widerspiegeln. Das bedeutet, dass die überwiegende Mehrzahl der Regionskader in den Altersklassen U10 und U12 liegen muss. Eine darüber hinausgehende Förderung von Kindern und Jugendlichen der Altersklassen U14 und U16 darf den Schwerpunkt der Arbeit nicht beeinträchtigen und muss in enger Abstimmung mit dem TNB erfolgen.

Die empfohlene Altersstruktur für die Zusammensetzung der Regionskader

- **U10:** 50%
- **U12:** 30%
- **U14/16:** max. 20%.

Die Größe der Regionskader muss in einem entsprechenden Verhältnis zu der Größe und den Ressourcen der Region stehen.

Die geschlechtsspezifische Zusammensetzung der Regionskader sollte eine ausgewogene Förderung von Jungen und Mädchen ermöglichen.

Förderkriterien für Regionskader

Die Regionen sichten talentierte Kinder und nehmen sie in ihre Regionskader auf. Die daraus resultierende Förderung läuft in der Verantwortung der Regionen unter Steuerung und Mithilfe des TNB.

Die Schwierigkeit liegt in der Findung von Parametern, die möglichst frühzeitige und vor allem zuverlässige Prognosen für die später zu erwartenden Spitzenleistungen liefern.

Um eine sinnvolle und weitgehend einheitliche Sichtung und Förderung talentierter Kinder im TNB zu erreichen, gibt der TNB einheitliche Förderkriterien für die Aufnahme und den Verbleib in den Regionskadern vor, die von den Regionen eigenverantwortlich und selbstständig umgesetzt werden.

Kriterien der Nominierung

- Anthropometrische Voraussetzungen
- Physische Merkmale und techno-motorische Voraussetzungen
- Lernfähigkeit, Leistungsbereitschaft, kognitive Fähigkeiten
- Individuelle psychosoziale Faktoren: Einflüsse, die aus dem sozialen Umfeld heraus, vor allem aus der Kernfamilie, auf die Entwicklung und Ausprägung der betroffenen Psyche einwirken können
- Affektive Faktoren wie Emotionen, Motivation, Einstellungen
- Das soziale Umfeld.

Inhalte der Kaderauswahl sind allgemeine sportmotorische sowie sportspezifische Merkmale. Zu beachten ist, dass die Leistungen und Fähigkeiten in den beiden Bereichen immer in Relation zum biologischen Alter und dem Trainingsalter gebracht werden müssen.

Ein Fokus sollte immer auch auf das Entwicklungspotenzial der Nachwuchsathleten gelegt werden. Eine besondere Herausforderung stellt vor allem die Komplexität des sportlichen Talents selbst und die Komplexität des Tennissports an sich dar.

Als Messinstrumente können sportmotorische Tests eingesetzt werden. Ranglistenposition und Turnierergebnisse der Spieler spielen bei der Auswahl ebenfalls eine Rolle, dürfen aber nicht einen zu großen Stellenwert einnehmen. Von besonderer Bedeutung ist vor allem das Trainerurteil.

Der TNB strebt hinsichtlich der Förderung innerhalb des Regionssystems eine Einheitlichkeit und Vergleichbarkeit an. Zu diesem Zweck erstellt der TNB Muster für Trainings- und Turnierpläne, Konditionstest und weitere Maßnahmen. Bezüglich konkreter Trainingsvorgaben wird auf das DTB Rahmentrainingskonzept verwiesen, welches künftig als Grundlage für die Trainingsarbeit in den TNB Regionen anzusehen ist. Ein wichtiges Merkmal des Regionstrainings muss eine umfangreiche, transparente und aktuelle Trainingsdokumentation werden.

Die stetige Weiterentwicklung der Förderung soll über halbjährliche Trainerworkshops und eine kontinuierliche Kommunikation zwischen dem TNB und den Regionen gewährleistet werden. Neueste Erkenntnisse in der technischen, sportwissenschaftlichen und organisatorischen Entwicklung sollen möglichst unmittelbar in die Förderung einfließen.

Alter	Förderkriterien	Trainings-dokumentation	Pflichtturniere (bei Qualifikation)
U6	**Trainerbeurteilung** Talent, Leistungspotenzial	Sichtungsbeurteilung Kaderblatt	Red-Cup Regions-Jü-Mst
U7	**Trainerbeurteilung** Talent, Leistungspotenzial	Sichtungsbeurteilung Kaderblatt	Red-Cup Regions-Jü-Mst
U8	**Trainerbeurteilung** Talent, Leistungspotenzial	Sichtungsbeurteilung Kaderblatt	Red-Cup Regions-Jü-Mst.
U9	**Trainerbeurteilung** Talent, Leistungspotenzial Leistungsentwicklung Trainingsverhalten	Trainingsplan Konditionstest Trainingszeugnis Kaderblatt	Orange-Cup Regions-Jü-Mst.
U10	**Trainerbeurteilung** Talent, Leistungspotenzial Leistungsentwicklung Trainingsverhalten Wettkampfverhalten **Qualifikation U10-Team**	Trainingsplan 2 x Konditionstest 2 x Technikvideo Trainingszeugnis Turnierplan2 Kaderblatt	Green-Cup. TNB-JÜ-Mst. Regions-Ju-Mst.

Alter	Förderkriterien	Trainings-dokumentation	Pflichtturniere (bei Qualifikation)
U11	**Trainerbeurteilung komplett** Wettkampfqualitäten Rangliste TNB	Trainingsplan 2 x Konditionstest 2 x Technikvideo Trainingszeugnis Turnierplan Kaderblatt	Regions-Ju-Mst. TNB-JU-Mst. DTB-Talentcup NDJM/DJM, Nationales dt. Jüngstenturnier Detmold
U12	**Trainerbeurteilung komplett** Wettkampfqualitäten Rangliste TNB Top 20 (Jg.) Turnier- und Meisterschaftsergebnisse	Trainingsplan 2 x Konditionstest 2 x Technikvideo Trainingszeugnis Turnierplan Kaderblatt	Regions-Ju-Mst., TNB-JU-Mst., NDJM/DJM, Nationales dt. Jüngstenturnier Detmold
U 13	Turnier- und Meisterschaftsergebnisse Rangliste DTB Top 150 (Jg.) TNB Top 15 (Jg.) Leistungsperspektive Trainingseinsatz und -verhalten	Trainingsplan 2 x Konditionstest 2 x Technikvideo Trainingszeugnis Turnierplan	Regions-Ju-Mst. TNB-JU-Mst. NDJM/DJM
U 14	Rangliste DTB Top 100 (Jg.) TNB Top 10 (Jg.) TNB-Kader Leistungsperspektive Trainingseinsatz und -verhalten	Trainingsplan 2 x Konditionstest 2 x Technikvideo Trainingszeugnis Turnierplan	Regions-Ju-Mst. TNB-JU-Mst. NDJM/DJM
U 16	Rangliste DTB Top 100 (Jg.) TNB Top 10 (Jg.) TNB-Kader Leistungsperspektive Trainingseinsatz und -verhalten	Trainingsplan 2 x Konditionstest 2 x Technikvideo Trainingszeugnis Turnierplan	TNB-JU-Mst. DJM TNB-D/H-Mst.

Aufgaben und Ziele – Vorgaben und Erwartungen

Steuerung der Trainings- und Turnierplanung des Regionskaders

Ein zentraler Punkt und wichtiges Alleinstellungsmerkmal des Regionstrainings ist die Planung, Steuerung und Betreuung der Turniere und Wettkämpfe der Regionskaderkinder. Hierzu gehört neben der rein formellen Planung und Steuerung auch der Informationstransfer über Themen wie Rangliste, Turniervorbereitung und -nachbereitung, Belastbarkeit, Verhalten beim Wettkampf, etc. an die Eltern.

Coaching und Betreuung des Regionskaders bei ausgewählten Turnieren und Meisterschaften

Das Coaching und die Betreuung der Regionskader bei allen offiziellen Meisterschaften und ausgewählten Turnieren und Wettkämpfen gehört zu den wichtigsten Pflichtaufgaben der Regionsförderung. Die hieraus erworbenen Erkenntnisse über die Leistungsfähigkeit und Leistungsfortschritte der Kinder müssen direkt in die Trainingsarbeit einfließen.

Zusammenarbeit und Kommunikation mit den Mitgliedsvereinen im Regionsgebiet

Der Aufbau einer effektiven und kontinuierlichen Kommunikation mit den Mitgliedsvereinen innerhalb einer Region ist maßgebend für die Zusammenarbeit und den Erfolg der Förderungsbemühungen. Aufgrund der sehr unterschiedlichen Struktur der verschiedenen Regionen muss hier jede Region ein für sich passendes und effektives Kommunikationskonzept finden. Dabei kommt der Kommunikation und Zusammenarbeit der Regionstrainer und Vereinstrainer eine besondere Bedeutung zu. Denn: Die Vereine mit ihren Heimtrainern sind die Keimzelle und die Basis jeder Sichtungs- und Fördermaßnahme im Verbandsgebiet.
Der TNB versucht mit dem Konzept des Partnertrainers die enge Einbindung engagierter kooperativer Vereinstrainer in Trainings- und Entwicklungsprozesse der Kaderkinder zu unterstützen.

Umsetzung der TNB-Trainings- und Wettkampfkonzepte

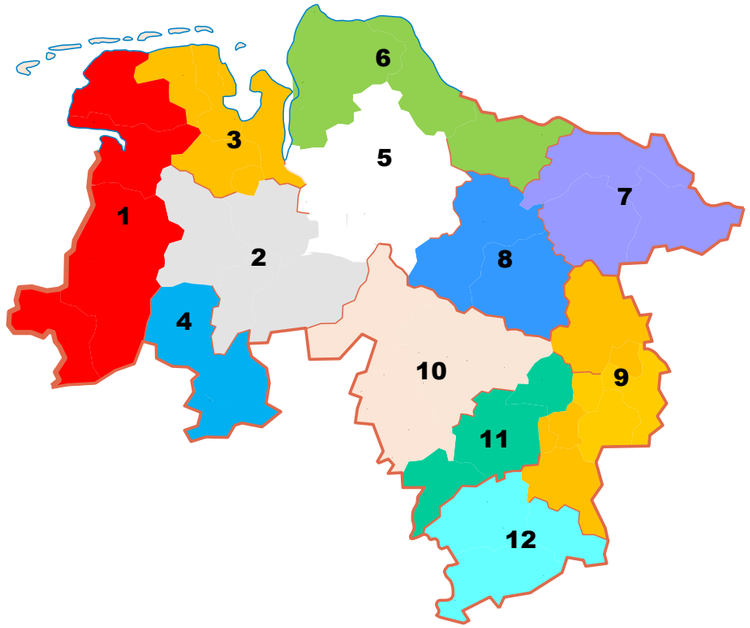
Der TNB erstellt und überarbeitet in einem kontinuierlichen Prozess die bestehenden Sichtungs-, Trainings- und Wettkampfkonzepte. Diese sind darauf ausgerichtet, talentierte Kinder durch ein Zusammenspiel von zentralen und dezentralen Maßnahmen auf künftige Spitzenleistungen vorzubereiten. Die Regionen sind verpflichtet, sich an den aktuellen Trainingskonzepten und Trainingshierarchien zu orientieren und sich an den Meisterschaften und Wettkämpfen aktiv zu beteiligen. Die Weiterentwicklung der aktuellen Konzepte findet im Dialog und unter Einbeziehung der Erfahrungen in den Regionen z.B. in den halbjährlichen TNB-Trainer- und Jugendwarte-Workshops statt.

Hohe Loyalität gegenüber den Organen, Personen und Konzepten des TNB

Die hauptamtlichen Mitarbeiter sowie die ehrenamtlichen Funktionsträger des TNB sind bemüht, ihre Arbeit und ihre Funktionen zum Wohl des TNB, seiner Mitglieder und Mitgliedsvereine sowie des deutschen Tennissports auszuüben. Diesem gemeinsamen Ziel sind alle Trainer und Funktionsträger der Regionen verpflichtet. Notwendige und sachliche Kritik und Auseinandersetzungen sind immer loyal, respektvoll und unter Wahrung üblicher zwischenmenschlicher Anstandsregeln im Sinne des gemeinsamen Zieles zu führen.

Enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem TNB

Die Basis für eine erfolgreiche Förderung ist eine enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen dem TNB und seinen Regionen. Der TNB bietet hierfür unter anderem mindestens im halbjährlichen Rhythmus Veranstaltungen und regelmäßige Maßnahmen an, um die angestrebte intensive und vertrauensvolle Zusammenarbeit zu stärken. Von den Trainern und Funktionsträgern der Regionen wird die regelmäßige und aktive Teilnahme an TNB-Maßnahmen (Workshops, Hospitationen, Fortbildungsmaßnahmen) erwartet.



Die Regionen im TNB

1 Dollart-Ems-Vechte
2 Oldenburger-Münsterland
3 Jade-Weser-Hunte
4 Osnabrück
5 Bremen
6 Süderelbe
7 Lüneburger Heide
8 Südheide
9 Harz-Heide
10 Hannover
11 Hildesheim-Peine
12 Südniedersachsen

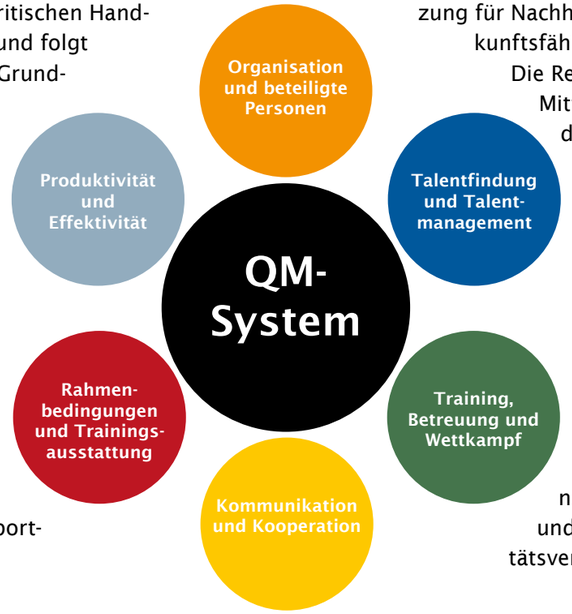
Das TNB-Qualitätsmanagement-System für die Nachwuchsförderung

Das TNB-Qualitätsmanagement-System regelt die Verteilung der Betriebs- und Fördermittel an die Regionen. Es dient nicht nur der Teilfinanzierung der Regionen, sondern dem TNB zusätzlich als Steuerungsfunktion für die Arbeit in den Regionen. Auf Grundlage des Systems werden 50% der Fördermittel als Basisförderung nach dem Anteil der jugendlichen Mitglieder und Größe der Regionen verteilt, 50% nach dem erreichten Platz im QM-Ranking.

Das TNB-QM-System enthält im Grundaufbau sechs Kategorien, die in verschiedenen Faktoren die erfolgskritischen Handlungsfelder abbilden und folgt im Wesentlichen drei Grundgedanken:

1. Optimierung aller erfolgskritischen Punkte

Durch Definition von Zielen und Verbindlichkeit in der Umsetzung soll die tägliche Arbeit effektiver und effizienter werden. Eine Verbesserung der Struktur führt zu einer Erhöhung der Sportfördermittel.



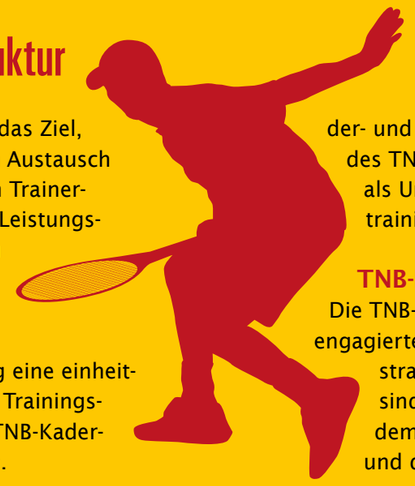
2. Transparenz und Kommunikation

Die Verbesserung von Transparenz und Kommunikation auch über Feedback-Systeme soll zu einer Vertrauensbildung und verbesserten Kooperation zwischen allen an der Förderung Beteiligten, insbesondere aber zu einer hohen Zufriedenheit der geförderten Spieler, führen. Eine eigenständige Analyse der Nachwuchsförderung ist jeder Region zu jeder Zeit möglich.

3. Innovation und Weiterentwicklung

Die Anpassung an sich ständig verändernde Bedingungen und ein wertschätzendes Ideen- und Innovationsmanagement sind Voraussetzung für Nachhaltigkeit und Zukunftsfähigkeit des Systems. Die Regionen erhalten Mittel zum Aufbau, den Erhalt und der Weiterentwicklung einer leistungsfördernden Förderstruktur. Das QM-System ist prinzipiell so angelegt, dass keine Region 100% erreichen kann, sondern dass es immer noch Möglichkeiten und Raum zur Qualitätsverbesserung gibt.

Die TNB Trainerstruktur



Die TNB-Trainerstruktur hat das Ziel, die Kommunikation und den Austausch zwischen den verschiedenen Trainerebenen im Nachwuchs- und Leistungsbereich zu verbessern. Dazu sollen Reibungsverluste in der Zusammenarbeit vermindert und im Sinne einer optimalen Talententwicklung eine einheitliche und partnerschaftliche Trainingsarbeit für die Regions- und TNB-Kaderkinder gewährleistet werden.

TNB-Landestrainer

Die TNB-Landestrainer führen das zentrale und dezentrale Verbandstraining im BSP/LLZ durch. Sie leiten und koordinieren die verschiedensten Trainerebenen innerhalb des Verbandes, entwickeln Konzepte und diskutieren in einem halbjährlichen TNB-Trainerworkshop, zu der alle Regions- und Partnertrainer eingeladen sind, u. a. über die aktuelle trainingstechnische Entwicklungen.

TNB-Regionstrainer

Die TNB-Regionstrainer stellen die direkte Verbindung zwischen den Landestrainern und den Regionen dar, arbeiten im Verbands- und Landeskader-Training unmittelbar den Landestrainern zu und führen das Training in den einzelnen Regionen durch. Sie haben die Organisation ihrer jeweiligen Regionsstützpunkte im Rahmen des dezentralen TNB-Trainings-Förder- und Wettkampfkonzeptes und des TNB-Leistungssportkonzeptes als Unterbau zum TNB-Verbandstraining zur Aufgabe.

TNB-Partnertrainer

Die TNB-Partnertrainer arbeiten als engagierte Jugend- und Nachwuchstrainer in den Vereinen und sind das Bindeglied zwischen dem TNB, bzw. den Regionen und den Vereinen selbst.

Seit dem Jahr 2012 wird an engagierte Vereinstrainer innerhalb der Regionen der Status des TNB-Partnertrainers vergeben, um eine durchgängige Kommunikationsplattform vom Verband bis in die Vereine zu gewährleisten. Die Partnertrainer werden weitestgehend in die Kommunikation seitens des TNB eingebunden, erhalten Trainings- und Turnierpläne und können sich als Partnertrainer des TNB präsentieren. Sie erhalten vom TNB in Absprache Möglichkeiten zur Hospitation im LLZ/BSP oder bei nationalen Spitzenveranstaltungen.

Mit der Einführung der Ebene der TNB-Partnertrainer soll auch die Qualität des Trainings in den Vereinen, bzw. bei den Heimtrainern gesichert werden. Es ist geplant, die erfolgreichsten Partnertrainer des TNB im Rahmen der Mitgliederversammlung auszuzeichnen.

Die TNB-Wettkampfstruktur

Die Regionen erhalten eine Vielzahl von Kompetenzen und Aufgaben bei der Ausrichtung, Meldung und Betreuung von Meisterschaften und TNB-Veranstaltungen.
Dabei gibt der TNB verbindliche Termine und Durchführungskriterien für Regionsmeisterschaften, Punktspiele, Turnierserien und TNB-Meisterschaften vor.
Neben TNB Jugend- und Jüngstenmeisterschaften, Regionsmeisterschaften, TNB Doppel Cup und Jugendpunktspielen, haben die TNB Red-, Orange- und Green Cup Serien eine zentrale Bedeutung.

TNB-Jugendmeisterschaften

Die TNB-Jugend- und Nachwuchsmeisterschaften werden zweimal im Jahr (Halle und Freiluft) gespielt. Im Winter in acht (U11–U16) mit rund 200 Teilnehmern, im Sommer in zehn Altersklassen (U11–U18) mit 220 Spielern. Für die U11, U12 und U14 gibt es ein gesondertes Zulassungsverfahren, die U16 und U18 werden nach Rangliste zugelassen.

TNB-Jüngstenmeisterschaften

Die TNB-Jüngstenmeisterschaften werden analog zu den Jugendmeisterschaften zweimal im Jahr gespielt (Halle und Freiluft).

Es starten Regionsteams, bestehend aus zwei Jungen und zwei Mädchen.
Die Meisterschaft besteht aus

- Mehrkampfübungen aus dem Übungspool des DTB-Talentcups
- Mannschaftsspiele analog zum DTB-Talentcup Fußball, Hockey
- Tennis-Einzel und Tennis-Doppel als Zeitspiele.

TNB-Turnierserie für die Altersklassen U7 und U8 (Red-Cup-U7-U8)

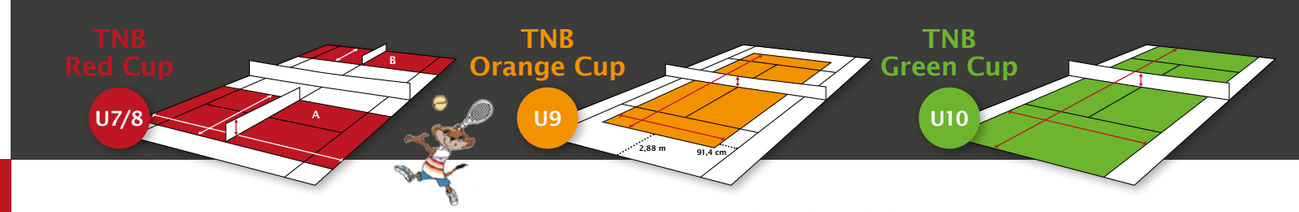
Der TNB veranstaltet für die Altersklasse U7 und U8 eine Kleinfeld Turnierserie. Die Turniere finden von Januar bis September des jeweiligen Jahres statt. Dabei können auch Spieler anderer Landesverbände an den Veranstaltungen der Turnierserie teilnehmen.

Gespielt wird mit dem Wilson Starter Easy Ball Stage 3 (75 % druckreduzierter Ball) gemäß ITF Play & Stay.

Das Spielfeld hat die Maße 10,97 m x 6,10 m = ca. ½ Spielfeld, Kleinfeldnetz: Höhe 0,85 m, Breite mindestens 6,10 m

TNB-Turnierserie für die Altersklasse U9 (Orange-Cup-U9)

Der TNB veranstaltet für die Altersklasse U9 eine Midcourt Turnierserie. Die Turniere finden von Januar bis September des jeweiligen Jahres statt. Bei jedem Turnier werden Punkte vergeben, die in eine Gesamtwertung einfließen. Für die Gesamtwertung zählen jeweils nur die acht besten Turnierergebnisse. Dabei stammen sieben der acht Ergebnisse aus einem Einzel- und nur eines der acht Ergebnisse aus einem Doppelwettbewerb.



Gespielt wird mit dem Wilson Stage 2 Ball (50% druckreduzierter Ball) gemäß ITF Play & Stay.

Das Spielfeld hat die Maße 18,00 m x 6.40 m, Netzhöhe 80 cm ohne Singlestützen.

TNB-Turnierserie für die Altersklasse U10 (Green-Cup-U10)

Der TNB veranstaltet für die Altersklasse U10 eine Mid-Court Turnierserie. Die Turniere finden von Januar bis September des jeweiligen Jahres statt. Bei jedem Turnier werden Punkte vergeben, die in eine Gesamtwertung einfließen. Für die Gesamtwertung zählen jeweils nur die acht besten Turnierergebnisse. Dabei stammen sieben der acht Ergebnisse aus einem Einzel- und nur eines der acht Ergebnisse aus einem Doppelwettbewerb.

Gespielt wird dem Wilson Stage 1 (25 % druckreduzierter Ball) gemäß ITF Play & Stay.

Das Spielfeld hat die Maße 23,77 m x 8,23 m, Netzhöhe 91,4 cm ohne Singlestützen.

Jugendpunktspiele

Die Vereine melden Jugendmannschaften in fünf Alters- und drei Spielklassen:

- Junioren/innen A – U18
- Junioren/innen B – U15, jeweils in 4 er und 2er Mannschaften
- Junioren/innen C, Midcourt-U10 und Kleinfeld U8, jeweils 2-er Mannschaften.
- Drei Spielklassen: Verbandsliga, Regionsliga, Regionsklasse.

Der TNB richtet die Endrunde der Staffelsieger in den höchsten Spielklassen aus. Dies sind die Kleinen Cilly Aussem und Henner Henkel Spiele zum Ende der Sommersaison.

TNB-Doppel-Team-Cup

Der TNB-Doppelcup ist die inoffizielle Jugend-Landesmeisterschaft im Doppel in den Altersklassen U12–U14.

Jede Region (12 Startplätze) stellt jeweils ein Team mit sechs Spielern und Spielerinnen bestehend aus:

- 3 Jungen (+ evtl. 1 ES)
- 3 Mädchen (+ evtl. 1 ES)
- 1 Betreuer/In pro Region

Das Besondere: Zu jeder Begegnung kann neu aufgestellt werden und bei den Jungen besteht die Pflicht, Serve & Volley zu spielen.

[A BIS Z]

A **[Allgemeine Grundlagenausbildung und Aufbautraining]**
Die Phasen 1 und 3 des dezentralen Konzeptes, die in der Verantwortung der Regionen liegen.

B **[Bundesstützpunkt Hannover]**
Die TennisBase Hannover ist einer von vier Bundesstützpunkten Deutschlands mit dem Fokus auf den leistungs- und spitzensportorientierten Tennisnachwuchs.

C **[Coaching]**
Coaching und die Betreuung der Regionskader bei allen offiziellen Meisterschaften und ausgewählten Turnieren und Wettkämpfen gehört zu den wichtigsten Pflichtaufgaben der Regionsförderung.

D **[Dezentrales Training]**
Training der Kaderspieler in den Regionen oder den Landesstützpunkten.

E **[Erfolgskritische Punkte]**
Optimierung: Durch Definition von Zielen und Verbindlichkeit in der Umsetzung soll die tägliche Arbeit effektiver und effizienter werden. Eine Verbesserung der Struktur führt zu einer Erhöhung der Sportfördermittel.

F **[Förderkriterien]**
Um eine sinnvolle und weitgehend einheitliche Sichtung und Förderung talentierter Kinder im TNB zu erreichen, gibt der TNB einheitliche Förderkriterien für die Aufnahme und den Verbleib in den Regionskadern vor, die von den Regionen eigenverantwortlich und selbstständig umgesetzt werden.

G **[Grundlagen]**
Grundlage für die Zusammensetzung der Regionskader sind das DTB Rahmentrainingskonzept und das TNB Leistungssportkonzept in seiner jeweils aktuellen Fassung.

H

[Hochleistungstraining]
Das Hochleistungstraining (HLT) ist die Phase 5 des Konzeptes, ist individuell an den Athleten angepasst und auf die Sportart spezialisiert. Die Verantwortung liegt nicht mehr in den Regionen, sondern in den Landeskadern.

I

[Individuelle psychosoziale Faktoren]
Einflüsse, die aus dem sozialen Umfeld heraus, vor allem aus der Kernfamilie, auf die Entwicklung und Ausprägung der betroffenen Psyche einwirken können.

J

[Junior Grand Slam]
Das Ziel aller Jugendlichen in den höchsten Förderstufen ist die Teilnahme an den Junior Grand Slams in Melbourne, Paris, Wimbledon und New York.

K

[Kader]
Die verschiedenen Förderebenen, vom Regions- bis in den Olympiakader.

L

[Leistungspotenzial]
Gehört zwischen den U6 und U10 zu den Förderkriterien.

M

[Mentale Werte – Mentale Faktoren]
Die mentalen Werte und Faktoren gehören zu den Talentmerkmalen und zu den Förderkriterien.

N

[Nominierung]
Erfolgt aufgrund der erfolgten und erfüllten Kriterien für die Kader sowie für einen Teil der Turniere.

O

[Organe]
Dazu gehören der Tennisverband Niedersachsen-Bremen, der Deutsche Tennis Bund und die International Tennis Federation als höchster Dachverband der Welt.

P

[Physis]
Die körperlichen Grundlagen sind eine der wichtigsten Voraussetzungen für gute sportliche Leistung, die bei steigenden Ansprüchen ständig weiterentwickelt und ausgebaut werden müssen.

Q

[QM-System]
Das Qualitätsmanagementsystem für das dezentrale Training greift landesweit und bewertet den derzeitigen Ist-Zustand des Trainings in den Regionen.

R

[Regionsstützpunkte]
An diesen Stützpunkten findet das dezentrale Regionstraining – auch in übergreifender Form – statt.

S

[Sportmotorik]
Unerlässlich bereits während des Grundlagentrainings. Motorische Ausbildung ist die Basis für eine weiterführende athletische und technische Entwicklung.

T

[Talentsichtung]
Talentfindung durch spielerische Elemente mit Ball und Schläger. Spiel und Spaß ohne Zielsetzung.

Ü

[Übergang]
Der Übergang vom Nachwuchs- zum Hochleistungssport wird im Anschlusstraining gesichert. Diese Phase ist extrem tennisspezifisch und an den jeweiligen Sportler angepasst. Um den Übergang zum Hochleistungssport zu bewältigen, müssen hochwertige internationale Wettkampfmöglichkeiten genutzt werden.

V

[Verbandskader]
Planung und Steuerung liegen in der Verantwortung des Verbandes. Die Durchführung ist zum Teil noch Aufgabe der Regionen.

W

[Wettkampfplanung]
Setzt in der Stufe 2 des Konzeptes ein und wird in Abstimmung mit den Trainern und der Trainingssteuerung erstellt.

Z

[Ziele]
Das dezentrale Förderkonzept des TNB hat das Ziel, am Ende einen Spieler geformt zu haben, der es mit der nationalen und internationalen Leistungsspitze aufnehmen kann.

Impressum

Tennisverband Niedersachsen-Bremen e.V.
Am Triftweg 3, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 9087-0, Fax: 05063 9087-10
E-Mail: info@tnb-tennis.de, www.tnb-tennis.de

V.i.S.d.P.
Raik Packeiser, Präsident

Redaktion:
Sybille Schmidt, Eckhard Mittelstaedt

Fotos:
Tennisverband Niedersachsen-Bremen e.V.,
Florian Petrow, Shutterstock

Gesamtherstellung:
Druckhaus Köhler GmbH, www.druckhaus-koehler.de

Die Produktion erfolgt mit Unterstützung aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen.

Niedersachsen

Wenn im Text die männliche Sprachform verwendet wird, beinhaltet diese laut TNB-Satzung alle Geschlechter (m/w/d).