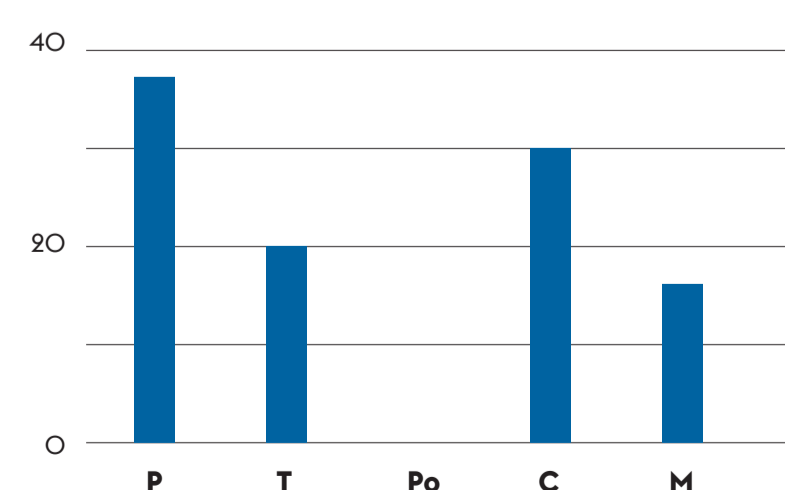


	F1/F2	F3	T1		T2	T3	T4	E1	E2	M
	<ul style="list-style-type: none"> Koordination und Systematik der Sportförderung verbessern Entdeckung / Motorik-Entwicklung 	<ul style="list-style-type: none"> Engagement und/oder Beteiligung an Wettbewerben Entdeckung / Sensibilisierung 	Potenzial zeigen		Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchbruch und belohnt werden	Die Schweiz repräsentieren	<ul style="list-style-type: none"> Teilnahme an internationalen Turnieren; in den besten Profi-Ligen im Ausland spielen 	<ul style="list-style-type: none"> Die wichtigsten Turniere dominieren Schlüsselspieler in den grössten ausländischen Clubs
PROGRAMM	GET INTO RUGBY	GET INTO RUGBY			PISTE (Erkennung von Talenten) UI6/UI8 Nationalmannschaften	Nationales Leistungszentrum (Nyon, Zürich) UI8/UI20 Nationalmannschaften	Senior Nationalmannschaften			
ALLGEMEINE ZIELE	Bewegungsgrundformen lernen (Laufen, Springen, Balancieren, Rollen, Drehen, Klettern, Stützen, Schaukeln, Schwingen, Werfen, Fangen, Kämpfen, Raufen) Die einzigen nicht abgedeckten Grundbewegungen sind: Rutschen, Gleiten, Rhythmisieren	<ul style="list-style-type: none"> Sich in den Kampf einbringen Spass haben am Kämpfen Individuell vorwärtskommen Erlernen der Grundregeln 	<ul style="list-style-type: none"> Sich in den Kampf einbringen Allein und mit nahen Mitspielern vorwärtskommen Gegenüberstellung und Organisation mit nahen Mitspielern, um den Ball auf einer Linie wiederzugewinnen 	<ul style="list-style-type: none"> Verwenden der am besten geeigneten Spielform Organisieren der defensiven Linien 1 und 2 Erlernen der Kontaktphasen 	<ul style="list-style-type: none"> Organisieren der 3 defensiven Linien und deren ständige Neubestückung die Eroberungsphasen organisieren Implementierung von strategischen Systemen 	Entwicklung der physischen Fähigkeiten		<ul style="list-style-type: none"> Optimieren der Fähigkeiten, um zu Leisten Unterstützung des Athleten bei der Leistungssteigerung 	Leisten	
TRAININGSVOLUMEN RUGBY+FITNESS WÖCHENTLICH	Nach Wunsch	2	5	5	8	10	14	16	26	26
VOLUMEN WÖCHENTLICHER RUGBY WETTBEWERBE	0	Nach Wunsch aber weniger als 20 Min.	30 Min.	40 Min.	60 Min.	80 Min.	80 Min.	80 Min.	80 Min.	
ANZAHL DER JÄHRLICHEN WETTBEWERBE	Keine Wettbewerbe	Keine Wettbewerbe	10	10	15	20	20	25	35	
SWISS OLYMPIC CARD	Nein	Nein	Nein	Nein	Talent Card Regional	Talent Card National	Talent Card National	Elite Card	Karte Bronze / Silber / Gold	
SCHULISCHE AUSBILDUNG / AUFSICHT	<ul style="list-style-type: none"> Eltern Kindergarten Primarschule J+S-Leiter 	<ul style="list-style-type: none"> Primarschule J+S-Leiter 	<ul style="list-style-type: none"> Primarschule J+S-Leiter I 	<ul style="list-style-type: none"> J+S-Leiter I Trainer I 	<ul style="list-style-type: none"> Obligatorische Schule Trainer I Trainer 2 	<ul style="list-style-type: none"> Hochschulbildung / Lehre Trainer 2 	<ul style="list-style-type: none"> Leistungsmodul FEP 	<ul style="list-style-type: none"> Leistungsmodul FEP 	FEP	
SPIELFORM BEI WETTBEWERBEN	Reduzierte Anzahl ohne geordnete Phasen	Reduzierte Anzahl ohne geordnete Phasen	<ul style="list-style-type: none"> Reduzierte Anzahl 3 bis 4 Matches pro Turnier, Dauer 6 bis 10 Min. 	<ul style="list-style-type: none"> Einführung ins XVer Spiel 1 bis 3 Matches pro Turnier, Dauer 20 bis 30 Min. 	<ul style="list-style-type: none"> XVer Spiel Matchdauer 60 bis 75 Minuten nach Altersgruppen 	<ul style="list-style-type: none"> XVer oder Vller Spiel Matchdauer 60 bis 70 Minuten nach Altersgruppen 	<ul style="list-style-type: none"> XVer oder Vller Spiel Matchdauer 60 bis 70 Minuten nach Altersgruppen 	XVer oder Vller Spiel		XVer oder Vller Spiel
INTERNATIONALE WETTBEWERBE	Keine	Keine	Keine	Keine		<ul style="list-style-type: none"> UI8 Rugby Europe Wettbewerbe U20 Rugby Europe Wettbewerbe 	<ul style="list-style-type: none"> Rugby Europe Wettbewerbe (XV) Rugby Europe Wettbewerbe (VII) 	<ul style="list-style-type: none"> 6 Nations (XV) Rugby World Cup (XV) OS (VII) 		

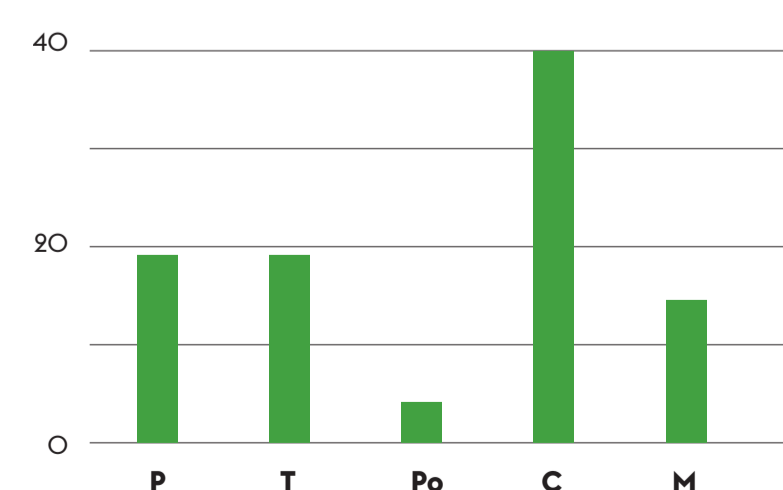
ARBEIT AN DEN FÄHIGKEITEN

P Physisch
T Technik
Po Fähigkeiten am Posten
C Kognitiv
M Mental

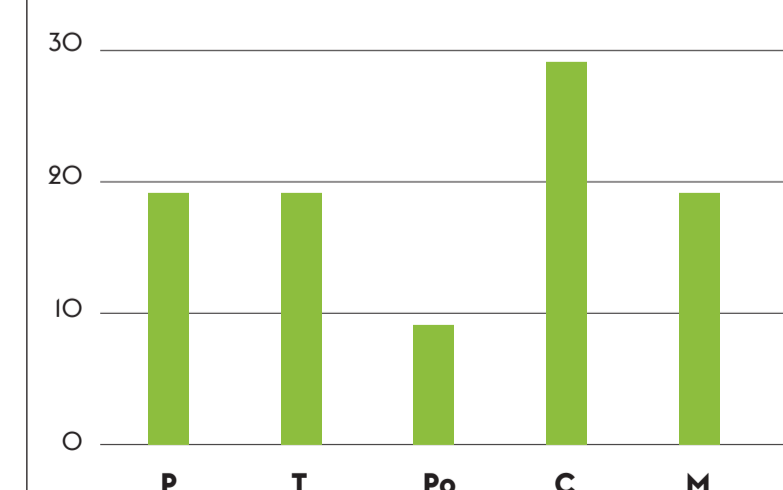
F1/F2/F3



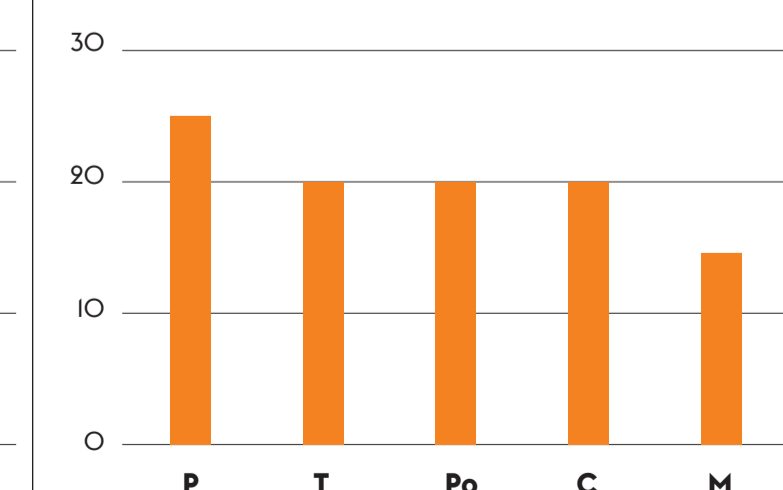
T1



T2



T3/T4



E1/E2

