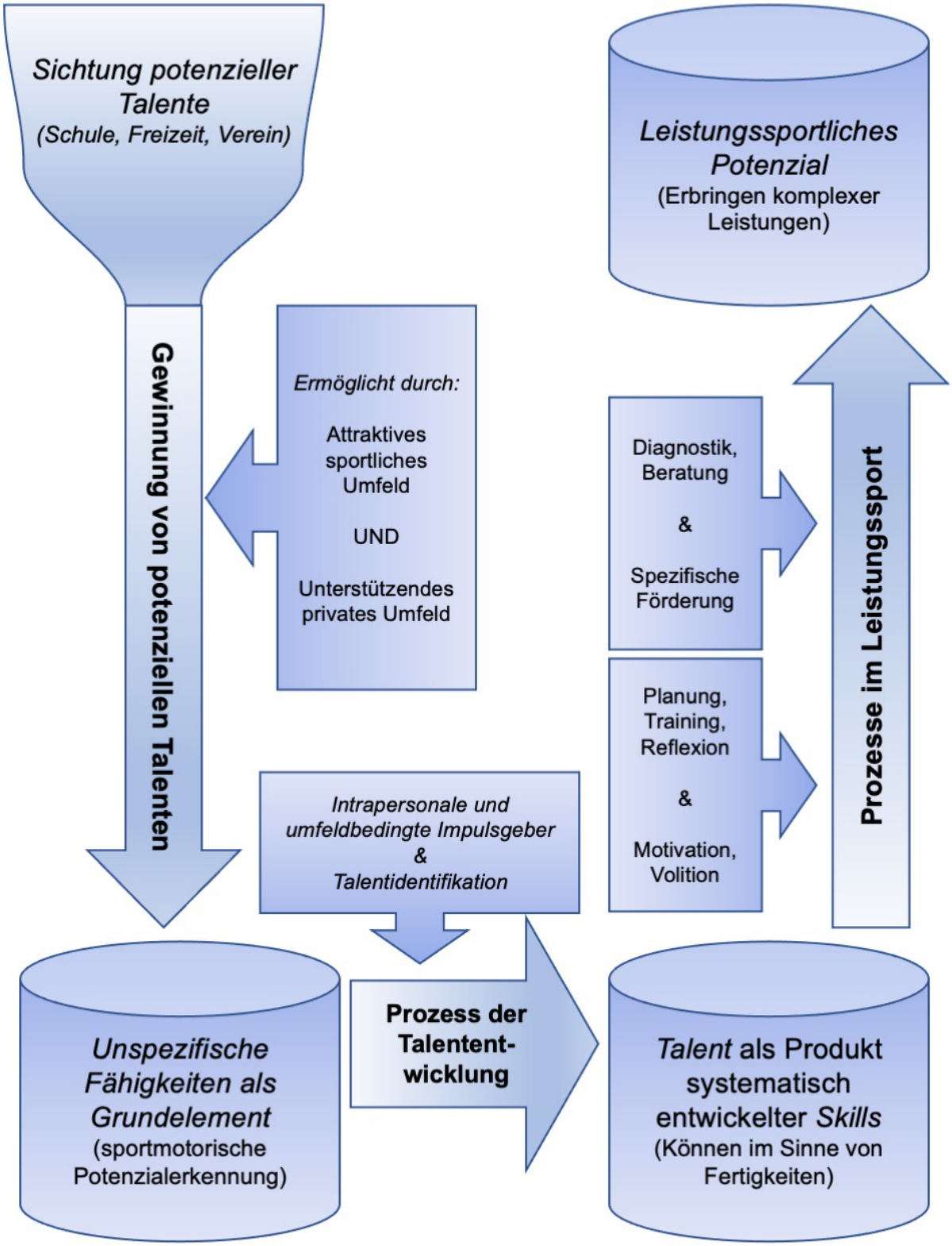
Sichtung, Gewinnung, Identifikation & Entwicklung von sportlichen Talenten im Bayerischen Radsportverband

Gößmann-Schmitt, Marco & Voll, David & Barthelmes, Eva

BRV-Nachwuchsteam

Version 05/2023

Sichtung, Gewinnung, Identifikation und Entwicklung von sportlichen Talenten im Bayerischen Radsportverband



Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung ... 4
2. Zur Arbeit mit sportlichen Talenten im BRV ... 5
2.1. Langfristiger Leistungsaufbau ... 5
2.2. Prognosen von späteren Spitzenleistungen im Nachwuchsbereich ... 7
2.3. Der Talentbegriff ... 7
2.4. Talentsichtung & Nachwuchsgewinnung ... 10
2.5. Talentsichtungen in der Schule zur Nachwuchsgewinnung ... 11
2.5.1. Rahmen ... 11
2.5.2. Testbatterie ... 11
2.5.3. Auswertung ... 13
2.6. Nachwuchssichtungen im Verein zur Talentidentifikation ... 14
2.6.1. Rahmen ... 14
2.6.2. Testbatterie ... 15
2.6.3. Auswertung ... 17
2.7. Talentidentifikation ... 20
2.8. Anforderungsprofile ... 20
2.9. Talententwicklung ... 23
2.10. BRV-Kaderpyramide und Förderangebote ... 24
2.11. Allgemeine Jugendbildung im BRV und in Vereinen ... 27
3. Ausblick ... 28
Quellenverzeichnis ... 29

1. Einleitung

„Talent haben, das ist das Beste,

das zweite, es üben.“

Epicharm, griech. Arzt und Lustspielautor

Im Jahr 2020 hat der Bayerische Radsportverband (BRV) auf die Feststellung, dass Talente „nicht auf Bäumen wachsen“, reagiert und ein neues Aufgabengebiet auf Seiten seiner Landestrainer geschaffen. Im Zentrum sollen hierbei junge Menschen stehen, die ihren Weg koordiniert in den Radsport finden, dort entsprechend ihrer Fähigkeiten eingeordnet und schlussendlich adäquat gefördert werden sollen.

Nährboden sollen hierbei in allererster Linie die Schulen und Vereine sein, weshalb der Einsatz der sog. *Talent- und Nachwuchssichtung* vornehmlich dort erfolgen wird, um künftig noch mehr Schnittstellen zwischen dem BRV, den klassischen Bildungseinrichtungen und Sportvereinen zu schaffen. Zunächst einmal ist es die Hauptaufgabe dieses Arbeitsbereichs dafür zu sorgen, dass mehr sportbegeisterte junge Menschen Radsport in Schule und Verein betreiben. Mittels einfacher diagnostischer Testungen und teilweise auch subjektiver Prognosen innerhalb diverser Events sollen erste Schlussfolgerungen entstehen, wie groß das *sportmotorische Potenzial* von Jugendlichen ist. Dies geschieht in enger Zusammenarbeit zwischen den Landes- bzw. Honorartrainern des *BRV-Nachwuchsteams* und dem *Radsport-Koordinator* an der *Eliteschule des Sports in Nürnberg*. Ferner wurden seit 2020 allgemeine Qualifizierungsangebote für Übungsleitende der BRV-Mitgliedsvereine geschaffen und stetig ausgebaut. Zweifelsohne freut sich der BRV über weitere Anregungen, welche Aufgaben hiermit verknüpft werden könnten.

Aus Verbandssicht wird somit ein Hilfs- und Serviceangebot an alle Partnerschulen (Schoolbikers Bayern) und Sportvereine gestellt, einhergehend mit dem mittelfristigen Aufbau der 2022 wieder ins Leben gerufenen Regionalstützpunkte, einschließlich des Bundesstützpunkts und Landesleistungszentrums in Nürnberg, wo mit Eliteschule des Sports, Internat und optimalen Trainingsbedingungen für alle olympischen Disziplinbereiche das Zentrum der leistungssportlichen Strukturen des BRVs zu finden ist.

2. Zur Arbeit mit sportlichen Talenten im BRV

2.1. Langfristiger Leistungsaufbau

Im langfristigen Leistungsaufbau beschreiben Sport(fach)verbände in der Regel Empfehlungen zur Planung sportlicher Laufbahnen unter Berücksichtigung von altersgerechten und gesundheitlich orientierten Abstufungen bzw. Akzentuierungen von Trainingsmitteln. Dabei gilt es zu beachten, dass Einstufungen in Ausbildungsetappen individuell je nach Entwicklung erfolgen sollten, das kalendarische Alter somit nur ein Anhaltspunkt ist. Bei größeren Abweichungen sollten gesicherte Erkenntnislagen im Sinne möglichst objektiver Beurteilungen Entscheidungen untermauern. Die Trainingsmethodik kann aus verschiedenen Perspektiven betrachtet werden, z.B. aus einer pädagogischen, allerdings auch aus einer rein sportlichen, erfolgsorientierten Sichtweise. Einen ganzheitlichen Ansatz zu wählen, bedeutet hierbei alle bedeutsamen Perspektiven, die Sportler/innen umgeben, gleichermaßen zu beachten, dabei mit einer gewissen Flexibilität Ansätze und Planungen immer wieder zu hinterfragen und ausgerichtet nach der Entwicklung der sie betreffenden Person anzupassen. Stets funktionierende Lösungsansätze zur Entwicklung Heranwachsender gibt es nicht, da sie Individuen sind, sich nicht gleichermaßen entwickeln, also auch nicht „gleichbehandelt“ werden dürfen. Somit kann der langfristige Leistungsaufbau im Sport nur eine Orientierung im Sinne der Planung und Steuerung von Entwicklung sein. Die schlussendliche Realisierung ist ein stetiges Zusammenspiel aus Analyse, Planung, Umsetzung und fortlaufende Reflektion bzw. Neustart des Reigens unter Einbezug der individuellen körperlichen, persönlichen und sportlichen Entwicklung.

Im Bayerischen Radsportverband wurde die bislang bestehende Herangehensweise in eine Konzeption[1] entsprechend modernen internationalen Ansätzen angepasst und mit den vorherrschenden Kaderstrukturen verknüpft. Dabei werden alle strukturellen Handlungsfelder im Sport mit Aufgaben versehen und ihre damit einhergehende Bedeutsamkeit im Gesamtzusammenhang sportlicher Entwicklung verdeutlicht. Besonders hervorzuheben sei, dass es in den Jahren 2020 und 2021 gelungen ist innerhalb kürzester Zeit zusätzliche Fördermechanismen zu entwickeln und erste Umsetzungsschritte in die Wege zu leiten. Im Zuge dessen entstanden u.a. die Konzepte rund um den disziplinübergreifenden Landessichtungskader U15 und dem dezentralen Fundament um die Bezirkssichtungskader im Altersbereich U13 und U15 sowie die Talentgewinnung durch Sichtungsveranstaltungen in Schulen.

[1] Siehe Abb. 1

Langfristiger Leistungsaufbau im Bayerischen Radsportverband

Ausbildungs-etappen	Allgemeine Grundausbildung (AGB)	Grundlagentraining (GLT)	Aufbautraining (ABT)	Anschlusstraining (AST)	Hochleistungstraining (HLT)
Alter	bis 10 Jahre	11 bis 14 Jahre	15 / 16 Jahre	17 / 18 Jahre	ab 19 Jahre
Altersklasse	Anfänger bis U11	U13 / U15	U17	U19	U23
Verantwortlich	Verein	Verein / Bezirk (Landesverband)	Verein / Landesverband	Verein / Landesverband / Bund Deutscher Radfahrer	(Landesverband), Bund Deutscher Radfahrer, Team,
möglicher Kaderstatus	Talent	• Bezirkskader • ab der U15 Landessichtungskader	• Bezirkskader • Landessichtungskader • Landeskader	• Landessichtungskader • Landeskader • NK2 - Kader • NK1 - Kader	• (Landeskader - U23) • NK2 - Kader - (1. und 2. Jahr U23) • NK1 - Kader • Perspektivkader / Olympiakader
Trainings-schwerpunkte	• Spass • andere Sportarten mit Radfahren verbinden	• Spass • Vielseitigkeit auf und neben dem Rad	• Entwicklung von Ehrgeiz und Disziplin • zunehmendes Radtraining • Athletik bleibt Pflicht	• Entwicklung einer Sportlerpersönlichkeit • spezifisches strukturiertes Zielorientiertes Training	• professionelles, an der Weltspitze orientiertes Training • Weiterentwicklung durch 100 %ige Orientierung auf den Sport
Trainings-schwerpunkte	vom vielseitigen disziplinübergreifenden Radtraining zum diszplinspezifischen Radtraining				
	allgemeines Athletik- und Krafttraining				
			Krafttraining mit Zusatzgewichten		
	Nachwuchsleistungssport				Hochleistungssport

Abb. 1 Langfristiger Leistungsaufbau im Bayerischen Radsportverband

2.2. Prognosen von späteren Spitzenleistungen im Nachwuchsbereich

Gegenwärtige und vergangene Wettkampfergebnisse, Vergleiche zu Jugendleistungen von bereits etablierten Spitzensportlerinnen und -sportlern und nicht zuletzt auch leistungsdiagnostische Werte - die Bandbreite an Möglichkeiten, Prognosen für die Leistungsentwicklung in der Zukunft zu stellen, scheint schier endlos zu sein. Doch gerade in jüngsten Studien zeigt sich immer mehr, dass auch im Radsport eine verlässliche Vorhersage von Spitzenleistungen in frühen Nachwuchsjahren kaum bis gar nicht möglich ist. Dass potenzielle Talente langfristig und mit Bedacht auf die Anforderungen im Spitzensport vorbereitet werden sollen, ist Grundtenor dieser Publikation. Laut xxx (xxxx) sind Prognosen im leistungsorientierten Radsport erst ab der Altersklasse U19 möglich. In diesem Zusammenhang sei auch auf die Publikation von Mostaert (2021) und Kolleginnen und Kollegen zu verweisen, die sehr deutlich aufweist, welche Rolle motorische Fähigkeiten in der Entwicklung junger Sportler/innen spielt.

In diesem Gesamtzusammenhang kann man davon sprechen, dass nicht selten zu frühzeitig auf Basis von Prognosen Wege in den Spitzensport aufgezeigt werden, welche schlussendlich zunehmend zu einer strapazierenden Drucksituation werden könnten. Jungen Menschen sollte stattdessen vermittelt werden, dass der Weg an die Spitze immer mit nachhaltiger, konzentrierter Arbeit verbunden ist und Rückschläge zur Reflexion des Prozesses führen müssen. Natürlich können und sollen Zielformulierungen auf Basis gegenwärtiger Leistungen Einzug in Planung und Entwicklung einfließen. Dies sollten jedoch stets erreichbar bleiben, weshalb nicht zu weit in eine mögliche Zukunft im Spitzensport geblickt werden sollte.

2.3. Der Talentbegriff

> *„Als Talent wird eine Person aufgefasst, die sich noch in der Entwicklung zu ihrer individuellen Höchstleistung in einer Sportart befindet und von der eine künftige Entwicklung besonders hoher Leistungsfähigkeit und hoher Erfolge im Spitzensport erwartet wird.“*
>
> Güllich, A., & Krüger, M. (2013). *Sport: Das Lehrbuch für das Sportstudium*

Um den Status von *Talenten* als Versprechen hinsichtlich zukünftiger Erfolge ranken sich seit jeher umfassende Diskussionen unter diversen Beteiligten und Außenstehenden im Sport, denn eine stichhaltige und nachvollziehbare Betrachtung, was ein Talent genau ausmacht, steht erst seit wenigen Jahren mehr im Fokus. Zwar existieren sportartspezifische, objektive Messverfahren, die in vielen Sportarten und Disziplinbereichen auch valide Rückmeldungen zur Leistungsfähigkeit liefern, jedoch handelt es sich langfristig betrachtet meist dennoch erst einmal nur um Zubringerwerte auf deren Basis die trainierbare Leistung abgebildet werden kann. Ob bestimmte sportliche Leistungen in der Zukunft hierdurch als un-/wahrscheinlicher bewertet werden können, wenn spezifisch untrainierte Kinder damit getestet werden, wird in Fachkreisen heute mehr diskutiert denn je. In den derzeit erfolgreichsten Sportnationen wird zunehmend von sportartspezifischen Tests abgewichen, wenn potenziell talentierte junge Menschen gesichtet werden sollen. Sportmotorische Begabung und trainierbares Potenzial sollten somit im untrainierten Zustand sehr spontan und unspezifisch offenbart werden. Es handelt sich also vielmehr um natürliche Fähigkeiten und nicht um bereits durch entsprechendes Training vorbereitete sportliche Leistungen. Potenzial sollte sich somit stets selbst offenbaren und durch differenzierte Aufgabenstellungen bestenfalls angeregt werden. Aufgrund des im Fokus stehenden Altersbereichs hinsichtlich Sichtungsprozessen im BRV, zeigt sich gerade im Altersbereich 10 bis 13 am ehesten, welche Kinder in den die motorischen Basisfertigkeiten betreffenden sensiblen Altersstufen 1 bis 10 sich am besten entwickelt haben.[2]

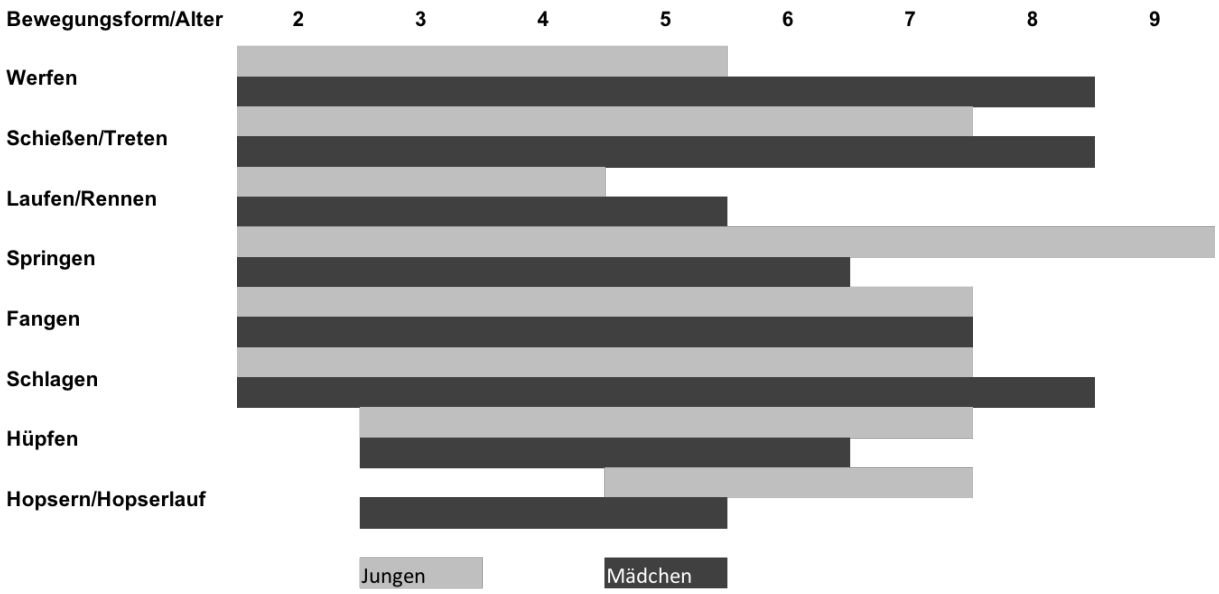


Abb. 2 Altersgemäße und natürlich beschleunigte Entwicklung von motorischen Basisfertigkeiten

[2] Vgl. Abb. 2

Mit möglichen Talenten zu arbeiten, bedeutet infolgedessen zunächst einmal Potentiale zu erkennen, diese zu fördern und für die in Abbildung 3 beschriebenen Rahmenbedingungen zu sorgen, sodass schlussendlich von *Talent* die Rede sein kann. Durch das Umfeld bedingte Impulsgeber spielen dabei eine wichtige Rolle, genauso wie intrapersonale Faktoren, innerhalb derer sich eine gewisse Arbeits- und Trainingsmentalität entwickeln sollte – anfangs idealerweise wiederum mit Unterstützung durch das Umfeld der Sportler/innen. Hier spielen vor allem im Nachwuchsleistungssport Erfahrung und Expertise eine ebenso große Rolle, wie Geduld und Empathie. Sie sind wichtige Zubringer im Umfeld und schlussendlich aber auch Entwicklungsziele bei den Sporttreiben selbst. Eine adäquate Dosierung und Positionierung sind dabei entscheidend. Gleichzeitig muss beachtet werden, dass Talententwicklung ein dynamisch und kaum bis gar nicht vorhersehbarer Prozess ist. Stehen dem Fachwissen eine zu große Erwartungshaltung gegenüber, wirkt das Umfeld anstatt als Impulsgeber schnell wie ein Brandbeschleuniger – ein Talent verbrennt schließlich, ohne eine nachhaltige Wirkung entfacht zu haben. Talent kann somit auch als *Produkt systematisch entwickelter Skills*[3] bezeichnet werden. Mit jenem arbeiten die Trainer/innen in ihrem jeweiligen Coaching Umfeld und versuchen ebenfalls als externale Impulsgeber entsprechend zu wirken. Hier können sie einen entscheidenden Unterschied ausmachen hinsichtlich Qualität und Nachhaltigkeit.

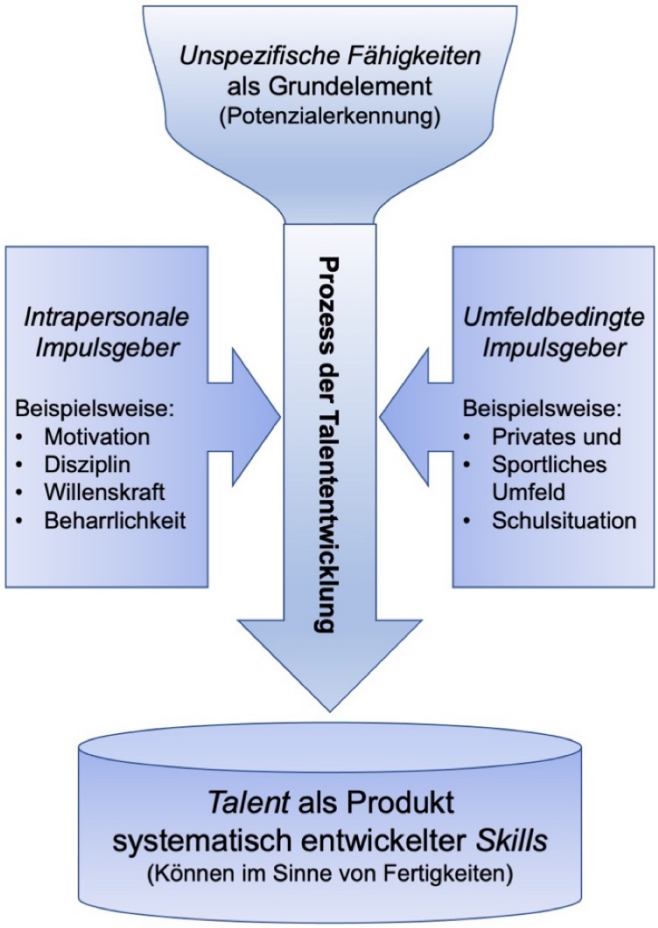


Abb. 3 Prozess der Talententwicklung (gem. MacNamara, A., Collins, D. (2022). Talent Development: A Practitioner and Parents Guide.)

Im BRV wird beim Eintritt in die Sportart in noch jungen Jahren insbesondere darauf geachtet, auf welche Art und Weise sich junge Sporttreibende sportlichen Aufgaben annehmen und wie sie auf Trainingsreize reagieren – also nach dem Prinzip „Responder“ bzw. „Non-Responder“. Dennoch gilt es für leistungssportliche Ansprüche und dem deutschen Sportsystem entsprechend sportliche Kinder/Jugendliche zu gewinnen, die

[3] Referenzen

ein gewisses koordinatives und konditionelles Grund-Repertoire aufweisen können. Perspektiven sollen infolgedessen eröffnet und besprochen werden, um langfristige Entwicklungsmöglichkeiten zu sichern. Deshalb wird im BRV bereits bei Schul[4]- und Nachwuchssichtungen[5] mit einigen Tests gearbeitet, die ein Eingangsniveau abbilden und langfristige Vergleichbarkeiten durch eine eigens entwickelte Datenbank liefern sollen. Ebendiese Formate schlussendlich im weiteren Verlauf zu wiederholen, sichert die wiederholte und unspezifische Identifikation von Potenzialen sowie damit einhergehend die Entwicklung von Talenten.

2.4. Talentsichtung & Nachwuchsgewinnung

Der BRV setzt bei der Suche nach potenziellen Nachwuchstalenten auf das proaktive Sichten an Schulen und im Vereinssport – insbesondere in den Altersbereichen U13 und U15. Dabei gilt es Bewertungsgrundlagen der sportmotorischen Fähigkeiten zu schaffen, die weitestgehend objektiv sind. Hierfür wurden zwei Testbatterien geschaffen, die es den BRV-Mitarbeitenden im Bereich der Nachwuchssichtung in Zusammenarbeit mit Lehrkräften und/oder Übungsleitenden aus regionalen Sportvereinen erlauben einen klaren Eindruck über die bisher vorhandenen motorischen Basisfähigkeiten und -fertigkeiten von Kindern und Jugendlichen zu sammeln – teilweise kann auch ein Rückschluss auf die bereits ausgebildeten motorisch-komplexen Fähigkeiten und Fertigkeiten gezogen werden. Dabei soll der Spaß an den Aufgaben im Vordergrund stehen und der Test nicht als sportspezifische Drucksituation empfunden werden, weshalb auf spezifische Techniktests oder Ausbelastungsformen komplett verzichtet wird. Dementsprechend ist es auch wichtig, den Rahmen entsprechend zu gestalten, insbesondere in den noch unspezifischen Settings der Schulen.[6]

In Rücksprache mit den eingebundenen Lehrkräften und Vereins-Übungsleitenden sollen interessierte und vor allem eine gewisse sportliche Begabung aufzeigende Sportlerinnen und Sportler in Sportstunden in Schule[7] und Verein eingebunden und im Prozess der spezifischen Nachwuchssichtung und der damit einhergehenden Talentidentifikation[8] weiter beobachtet werden.

[4] Vgl. 2.5
[5] Vgl. 2.6
[6] Vgl. 2.5
[7] SAGs - Sportarbeitsgemeinschaften nach dem Modell „Sport-nach-Eins“
[8] Vgl. 2.6 & 2.7

2.5. Talentsichtungen in der Schule zur Nachwuchsgewinnung

2.5.1. Rahmen

Wie bereits beschrieben ist der Rahmen einer Sichtung von potenziellen Nachwuchstalenten äußerst entscheidend hinsichtlich der empfundenen Freude am Event selbst. Eine entsprechende Atmosphäre kann durch entsprechende Maßnahmen, wie z.B. langfristige Bewerbung via Flyer/Plakate eingeleitet werden. Musikalische Untermalung und Urkunden für die Teilnahme nebst Auswertung der Testergebnisse wären zusätzliche Möglichkeiten das Erlebnis für die Kinder und Jugendlichen in den Vordergrund zu stellen. Zweifelsohne ist es ebenso wichtig hinter den Kulissen eine langfristig angelegte Datenbank zu erstellen und mit den Werten der gegenwärtigen Veranstaltung zu vergleichen, sodass durch Erfahrungswerte sehr schnell individuelle Potentiale und Entwicklungsverläufe in Schulen[9] und Vereinen erkennbar werden. Da Schulsichtungen dazu führen sollen in einem radsportunspezifischen Setting Nachwuchs für den Vereinssport zu gewinnen, ist es von entscheidender Bedeutung, dass die Vereine sich bei diesem Event auch selbst vorstellen bzw. bei der Sichtungsarbeit direkt mitwirken, um einen Bezug zu den noch nicht im Radsport(verein) sozialisierten Schülerinnen und Schüler herzustellen.

2.5.2. Testbatterie

Die Zusammensetzung der Testbatterie ist bestimmt durch die Überprüfung motorischer Basisfähigkeiten. Im Folgenden sollen die einzelnen Tests in aller Kürze und die jeweiligen beobachteten Kriterien dargestellt werden.

Balancier- oder Fahrgeschicklichkeitstest

Als Gegenstand auf dem balanciert wird eignen sich insbesondere umgedrehte Langbänke, wenn diese einen schmalen, etwa einen einer Fußbreite entsprechenden durchgehenden Holzsteg aufweisen. Sollten keine Bänke oder ähnliche Gegenstände verfügbar sein, könnte auch eine Linie auf dem Hallen-/Sportboden genutzt werden. Die Streckenlänge beträgt vier Meter. Zunächst absolvieren die Testpersonen einen Durchgang vorwärts mit enger Schrittfolge. Ihnen wird dabei einmal ein Tennisball mittig auf Brusthöhe zugeworfen, welchen sie nach dem Auffangen auch identisch zurückwerfen sollen. Am Ende der Strecke wird direkt

[9] Schoolbikers-Standorte

ohne Unterbrechung rückwärts balanciert, wobei hier ausschließlich auf die enge Schrittfolge zu achten ist, also keine weitere Zusatzaufgabe gestellt wird. Vergeben wird für jede erfolgreich und ohne Absetzen balancierte Teilstrecke – also vorwärts und rückwärts – jeweils ein Punkt. Ein Absetzen ist gleichbedeutend mit null Punkten für die entsprechende Bewegungsrichtung, es kann bei einmaligem Absetzen also noch ein Punkt gewonnen werden. Einen Zusatzpunkt kann man erhalten, wenn die Umkehrbewegung flüssig und ohne Pause nach Erreichen der Wendemarke erfolgt. Für das Fangen und Werfen des Balles können zwei Punkte verdient werden. Einen Punktabzug erhält man, wenn der Ball nicht gefangen werden kann und/oder nicht mittig auf Brusthöhe bei der Testleitung ankommt. Nach einer kurzen Pause von maximal 10 Sekunden wird ein zweiter Durchgang absolviert. Gewertet wird der bessere Versuch, sodass im gesamten Balanciertest zusammengerechnet 5 Punkte gesammelt werden können. Im Testergebnis wird dies aufgegliedert dargestellt nach der Gleichgewichts- (2), Kopplungs- (2) und Umstellungsfähigkeit (1).

Je nach den örtlichen und strukturellen Möglichkeiten kann der Balanciertest durch einen radsportspezifischen Fahrgeschicklichkeitstest ersetzt werden.

Stand & Reach auf Langbank/Hocker

Die Testperson steht barfuß aufrecht auf einer Langbank oder einem Hocker. Beim nach vorne beugen des Oberkörpers ist darauf zu achten, dass die Knie gestreckt bleiben. Gemessen wird durch ein senkrecht angebrachtes Lineal in ganzen Zentimetern[10], wie weit – ausgehend von der Fußsohle als Nullpunkt – die Fingerspitzen Richtung Boden reichen. Dabei ist darauf zu achten, dass keine ruckartigen Bewegungen gemacht werden und die Beugeposition mehrere Sekunden gehalten werden kann. Einen Punkt erhält die Testperson ab 5 Zentimetern über der Fußsohle. In 5-Zentimeterschritten unterhalb der Fußsohle können weitere Punkte erreicht werden, beginnend mit 0,1 bis 5,0 Zentimeter. Es können zwei Versuche absolviert werden, der Bessere geht in die Wertung ein. Dieser Test soll Aufschluss über die Beweglichkeit der unteren Extremitäten und des unteren Rückens geben.

Vertical Jump

Für diesen Test wird ein Microgate Optojump benötigt. Die Testperson soll aus einer halben Kniebeuge – etwa 90° Beugung im Kniegelenk – ruhend einen maximalen Strecksprung auf der Stelle ausführen. Die Hände sind dabei in die Hüfte gestemmt, sodass die Arme nicht als Schwungelement dienen können. Gemessen wird via System die Veränderung des

[10] abgerundet

Körperschwerpunkts, also die maximale Sprunghöhe. Es können zwei Versuche absolviert werden. Getestet werden damit die Schnell- bzw. Startkraft. In die Bewertung geht die tatsächlich gesprungene Höhe des besseren Durchgangs ein.

Tapping Test

Der zweite Test mit Hilfe des Optojump wird im Stehen und mit leichter Beugung in Hüft- und Kniegelenk durchgeführt. Die Testperson soll in 30 Sekunden möglichst viele schnellkräftige Bodenkontakte absolvieren. Aufgrund der durchaus starken Ermüdung ist nur ein Durchgang vorgesehen. Somit schafft der Test einen Eindruck zur Schnelligkeitsausdauer. Gemessen werden hierbei die Anzahl der Bodenkontakte und die jeweiligen Kontaktzeiten, was wiederum zeigt, wie sich schnellkräftige Bewegungen unter Erschöpfung verändern.

Sprinttest

Insgesamt werden von der Testperson im Idealfall 41 Meter aus dem Stand gesprintet[11] und eine End-, sowie mehrere Zwischenzeiten mittels Microgate Witty Lichtschranke gemessen. Dabei steht eine Startschranke auf einer Linie, die erste Zwischenschranke bei 20, eine zweite bei 30 Metern. Die Zielschranke befindet sich somit am Ende einer 40-Meter-Strecke. Gestartet wird jedoch einen Meter vor der Startlinie, um eine verlässliche Messung ohne Messfehler sicherstellen zu können. Um die jeweilige Maximalgeschwindigkeit von Beschleunigung und Schnelligkeitsausdauer abgrenzen zu können, werden mehrere Zwischenzeiten erhoben, wobei die ersten 20 Meter als Beschleunigungsphase gelten. Erst im Anschluss wird für gewöhnlich das maximale Tempo erreicht – ggf. auch eine Phase des Tempoverlusts. Aufgrund der nur sehr kurzen Belastungsdauer können durchaus zwei Durchgänge absolviert werden. Es wird die bessere Gesamtzeit gewertet und mit einer Angabe von Sekunden und zwei Nachkommastellen notiert.

2.5.3. Auswertung

Alle Testdaten werden anonymisiert zunächst in einem Erfassungsbogen schriftlich erfasst und anschließend in eine vorbereitete Exceltabelle übertragen, die automatisiert für jeden Teilnehmenden eine eigene Auswertung[12] erstellen könnte. Abbildung 4 zeigt die exemplarische Auswertung eines solchen Tests, wobei dieses Beispiel aus Vereinssichtungen

[11] Zzgl. Auslauf
[12] Vgl. Abb. 4

übernommen wurde – hier unterscheiden sich die Testinhalte. Grundsätzlich kann man aber erkennen, wie eine Individualauswertung aussehen könnte, sollten alle Tests durchgeführt werden können. Dies ist Voraussetzung für detailreiche Berichte. In den meisten Fällen steht bei Schultestungen ein eingegrenzter Zeitrahmen zur Verfügung, weshalb in der Regel ein kleinerer Umfang an Tests vorab abgestimmt wird. Es folgt für gewöhnlich eine kleine Siegerehrung der tagesbesten Schüler/innen und Klassen sowie eine Auflistung der erbrachten Leistungen für die Lehrkräfte der jeweiligen Schule.

Die Gesamtauswertungen werden den jeweiligen Schulen und Vereinsvertretern zur Verfügung gestellt. Sie sind anonymisiert. Nehmen Kinder anschließend an Probeeinheiten im Verein teil, so erhalten die Vereinsvertreter die ID der teilnehmenden Person zugeschickt, wenn seitens der Erziehungsberechtigten eine entsprechende Einverständniserklärung vorliegt.

2.6. Nachwuchssichtungen im Verein zur Talentidentifikation

2.6.1. Rahmen

Im Vergleich zur Sichtung in Schulen ist dieser Bereich nun geprägt von einer Identifikation des potenziellen Talents im Rahmen einer sportspezifischen Umgebung – dem Radsportverein. Für gewöhnlich finden sportmotorische Tests zur Überprüfung der motorischen Fähigkeiten zentral und durch den Verband organisiert statt. Für die Förderung im Landessichtungskader Nachwuchs[13] ist es vorgesehen jeweils einen Test zu Beginn und gegen Ende der Wintertrainingsperiode durchzuführen. Jedoch werden zum Förderjahr 2024 zusätzlich subjektive Urteile von mehreren Mitarbeitenden des BRV-Nachwuchsteams erfasst. Diese umfassen Lehrgangs- und Wettkampfeindrücke. Ferner werden auch Rennergebnisse berücksichtigt. Darauf basierend wird eine Gesamtbeurteilung gebildet und die Entscheidung zur Berufung von Sportlerinnen und Sportlern in den Landessichtungskader Nachwuchs getroffen und mitgeteilt. Im Lehrgangsbetrieb des Landessichtungskaders Nachwuchs wird in der Folge die komplette sportmotorische Testbatterie, wie bereits beschrieben, zu Beginn und gegen Ende der Wintertrainingsperiode durchgeführt, um persönliche Defizite im Bereich der motorischen Basisfähigkeiten, sowie der motorisch-komplexen Fähigkeiten und Fertigkeiten aufzuzeigen. 2022 wurde das Konzept erstmals erprobt und Bewertungsgrundlagen geschaffen. 2023 wurden ausgewählte Übungen in den Trainingslehrgängen erprobt, welche künftig in einem Übungskatalog, der je nach Abschneiden in den einzelnen Tests als

[13] Ab 2024 für die Altersklassen U13/2 und U15

Möglichkeit zur Verbesserung genutzt werden soll, gesammelt werden. Seit dem Förderjahr 2023 erhalten die Mitglieder des Landessichtungskaders Nachwuchs eine detaillierte Auswertung ihrer Testergebnisse und damit einhergehend eine eindeutige Handlungsempfehlung zur Verbesserung der noch nicht hinreichend entwickelten Fähigkeiten und Fertigkeiten im Sinne eines langfristigen, gesunden Leistungsaufbaus.

2.6.2. Testbatterie

Die Zusammensetzung der sportmotorischen Testbatterie ist bestimmt durch die Überprüfung der motorischen Basisfähigkeiten sowie der motorisch-komplexen Fähigkeiten und Fertigkeiten. Der konditionelle Entwicklungsstand ist somit ebenfalls interessant, allerdings im Zuge der BRV-Nachwuchsleistungssportkonzeption erst beginnend im Fokus der Rahmentrainingsplanung in den jüngeren Altersstufen der U13 und U15.[14] Auf einen Test zur Ermittlung der aeroben Kapazitäten wird unterdessen noch komplett verzichtet. Im Folgenden sollen die einzelnen Tests in aller Kürze und die jeweiligen beobachteten Kriterien dargestellt werden.

Vertical Jump

Für diesen Test wird ein Microgate Optojump benötigt. Die Testperson soll aus einer halben Kniebeuge – etwa 90° Beugung im Kniegelenk – ruhend einen maximalen Strecksprung auf der Stelle ausführen. Die Hände sind dabei in die Hüfte gestemmt, sodass die Arme nicht als Schwungelement dienen können. Gemessen wird via System die Veränderung des Körperschwerpunkts, also die maximale Sprunghöhe. Es können zwei Versuche absolviert werden. Getestet werden damit die Schnell- bzw. Startkraft. In die Bewertung geht die tatsächlich gesprungene Höhe des besseren Durchgangs ein.

Drop Jump

Auch dieser Test wird mit Hilfe des bereits genannten Microgate Messsystems absolviert. Die Testperson fällt sozusagen durch einen Schritt nach vorne von einer Erhöhung von 20 bis maximal 30 Zentimetern bzw. einer klassischen Langbank einer Sporthalle und springt mit möglichst kurzem Bodenkontakt, maximaler Kraft und ohne Beugebewegungen senkrecht vom Boden ab. Im Anschluss folgt eine sichere Landung am Boden. Gemessen werden in zwei

[14] Vgl. 2.8

Durchgängen die Bodenkontaktzeit beim Absprung und die Sprunghöhe, was wiederum Rückschlüsse auf die Schnellkraft liefern soll. Es wird der Quotient der beiden Werte, der sog. *Reactive-Strength-Index* gebildet. Der bessere Versuch geht in die Wertung ein.

Tapping Test

Der dritte und letzte Test mit Hilfe des Optojump wird im Stehen und mit leichter Beugung in Hüft- und Kniegelenk durchgeführt. Die Testperson soll in 30 Sekunden möglichst viele schnellkräftige Bodenkontakte absolvieren. Aufgrund der durchaus starken Ermüdung ist nur ein Durchgang vorgesehen. Somit schafft der Test einen Eindruck zur Schnelligkeitsausdauer. Gemessen werden hierbei die Anzahl der Bodenkontakte und die jeweiligen Kontaktzeiten, was wiederum zeigt, wie sich schnellkräftige Bewegungen unter Erschöpfung verändern.

Sprinttest

Insgesamt werden von der Testperson im Idealfall 41 Meter aus dem Stand gesprintet[15] und eine End-, sowie mehrere Zwischenzeiten mittels Microgate Witty Lichtschranke gemessen. Dabei steht eine Startschranke auf einer Linie, die erste Zwischenschranke bei 20, eine zweite bei 30 Metern. Die Zielschranke befindet sich somit am Ende einer 40-Meter-Strecke. Gestartet wird jedoch einen Meter vor der Startlinie, um eine verlässliche Messung ohne Messfehler sicherstellen zu können. Um die jeweilige Maximalgeschwindigkeit von Beschleunigung und Schnelligkeitsausdauer abgrenzen zu können, werden mehrere Zwischenzeiten erhoben, wobei die ersten 20 Meter als Beschleunigungsphase gelten. Erst im Anschluss wird für gewöhnlich das maximale Tempo erreicht – ggf. auch eine Phase des Tempoverlusts. Aufgrund der nur sehr kurzen Belastungsdauer können durchaus zwei Durchgänge absolviert werden. Es wird die bessere Gesamtzeit gewertet und mit einer Angabe von Sekunden und zwei Nachkommastellen notiert.

Reißkniebeuge mit Stab

Bei dieser Bewegungsaufgabe gilt es mit einem Stab eine Reißkniebeuge durchzuführen. Die Grundidee stammt aus dem *Functional Movement Screening*. Die Implementierung dieses Tests soll Aufschluss über die motorischen Basisfähigkeiten und motorisch-komplexen Fähigkeiten bzw. Fertigkeiten geben. Als Bewertungsgrundlagen mit jeweils einem zu vergebenden Punkt wären einerseits eine flache neutrale Fußposition, bei der die Ferse im

[15] Zzgl. Auslauf

Boden fixiert bleibt, ein gerader Rücken, sowie zum Boden parallel ausgerichtete Oberschenkel. Sollte der Neigungsgrad der Oberschenkel bei der Beugebewegung die parallele Position sogar noch überschreiten und die Knie somit höher liegen als die Hüfte, wird ein weiterer Punkt gewonnen. Bleiben schlussendlich die Schultern und Arme über dem Körperschwerpunkt, bestehend aus einem Lot im Bereich Fußgelenk und Hüftgelenk, erhält man einen weiteren Punkt.

Hurdle Step mit Stab

Diese Bewegungsaufgabe soll die Erkenntnisse der Aufgabe zuvor sichern durch eine nun einbeinige Bewegungsausführung und hat wie bereits die Reißkniebeuge ihren gedanklichen Ursprung ebenso im *Functional Movement Screening*. Ausgangspunkt ist ein beidbeiniger aufrechter Stand, wobei die Fußspitze eines Beines an einem Minikasten anstößt, während die des anderen Beins auf Höhe einer neben dem Kasten stehenden Minihürden sich befindet. Die Arme sind fixiert, indem ein Stab auf dem Nacken aufliegend mit den Händen umklammert wird. In der Folge soll durch das Anheben des Fußes auf Seite der Hürde eine leichte Bewegung nach vorne initiiert werden, die auf der Seite des Standbeins durch den Minikasten limitiert ist – das Knie kann hier durch leichte Bein- und Hüftbeugung (mit aufrechtem Becken) ebenso nach vorne bewegt werden. Das angehobene Bein führt den Fuß über die Minihürde, es erfolgt eine kurze Tippbewegung am Boden hinter der Hürde, anschließend eine Rückkehr in die Ausgangsposition. Bewertungspunkte sind bei dieser Gesamtbewegung jeweils die flüssige Bewegung nach vorne und zurück in die Ausgangsposition, wobei das Halten des Gleichgewichts (kein stützendes Absetzen während der Bewegung) Grundvoraussetzung für eine positive Bewertung ist. Weitere Punkte werden vergeben, wenn jeweils Ausweichbewegungen ausbleiben – also eine seitliche Bewegung der Hüfte[16], des Oberkörpers[17] und auch die Neigung des oberen Oberkörpers[18].

2.6.3. Auswertung

Alle Testdaten werden zunächst in einem Erfassungsbogen schriftlich erfasst und anschließend in eine vorbereitete Exceltabelle übertragen, die automatisiert für jeden Teilnehmenden eine eigene Auswertung erstellt. Die Auswertungen und gegebenenfalls darauf aufbauende Trainingsempfehlungen werden den jeweiligen Sportlerinnen und

[16] Beobachtungspunkt: Hüftknochen
[17] Beobachtungspunkt: Seitverlagerung Stab
[18] Beobachtungspunkt: Kippbewegung der Arme

Sportlern bzw. deren Eltern zur Verfügung gestellt mit der Bitte um Weitergabe an die jeweiligen Heimtrainerinnen und -trainer.

11.12.22 LSK U15 Kadertest I

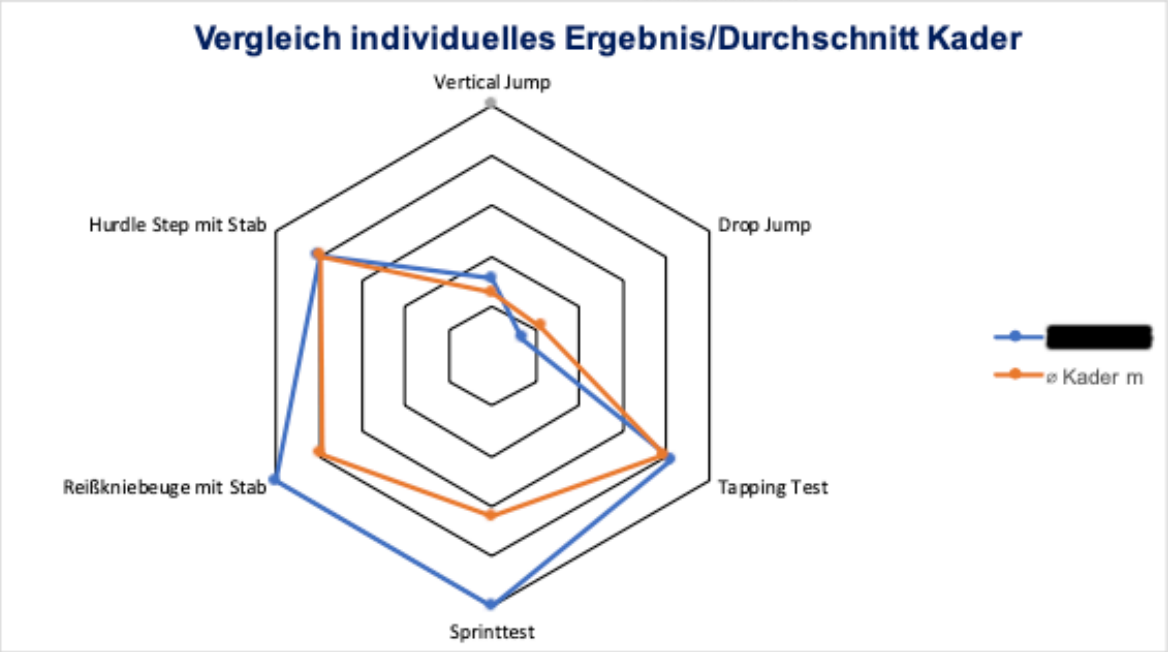
Testleitung: Marco Gößmann-Schmitt
Kontakt: marco.goessmann-schmitt@brv-ev.de

Testperson
Name: [redacted]
Vorname:
Jahrgang:

Durchschnitt GESAMT: 3,39
KADER: 2,91

Testergebnisse

Vertical Jump	*Sprunghöhe in Zentimetern:*	24,6
	Punkte:	**1,53**
Drop Jump	*Aussprunghöhe in Metern:*	0,252
	Kontaktzeit in Sekunden:	0,311
	Reactive Force Index (d/t):	0,81
	Punkte:	**0,69**
Tapping Test	*Anzahl Kontakte gesamt:*	237
	Punkte:	**4,14**
Sprinttest	*40m gesamt:*	5,98
	20m Start:	3,24
	20/30m Split:	1,36
	30/40m Split:	1,38
	Punkte:	**5,00**
Reißkniebeuge mit Stab	**Punkte:**	**5**
Hurdle Step mit Stab	*Punkte links:*	4
	Punkte rechts:	4
	gesamt:	**4,00**



Zur Interpretation der Testdaten und zur daraus resultierenden Trainingsempfehlung könnt ihr euch gerne an BRV-Landestrainer Nachwuchsentwicklung Marco Gößmann-Schmitt wenden:
0170 4736734 // marco.goessmann-schmitt@brv-ev.de

Abb. 4 Exemplarische Auswertung von sportmotorischen Tests im BRV

2.7. Talentidentifikation

Für Sportlerinnen und Sportler im Verein stehen im Altersbereich der U13 und U15 die Ausbildung der motorischen Basisfähigkeiten sowie der motorisch-komplexen Fähigkeiten im Vordergrund.[19] Radsportliche Akzente sichern die langfristige sportartspezifische Utilisierung und Entwicklung ab und leiten die Ausbildung motorisch-komplexer Fertigkeiten als Fundament im Technikerwerbstraining ein. Im weiteren Verlauf soll festgestellt werden, welches Niveau erreichbar sein könnte.

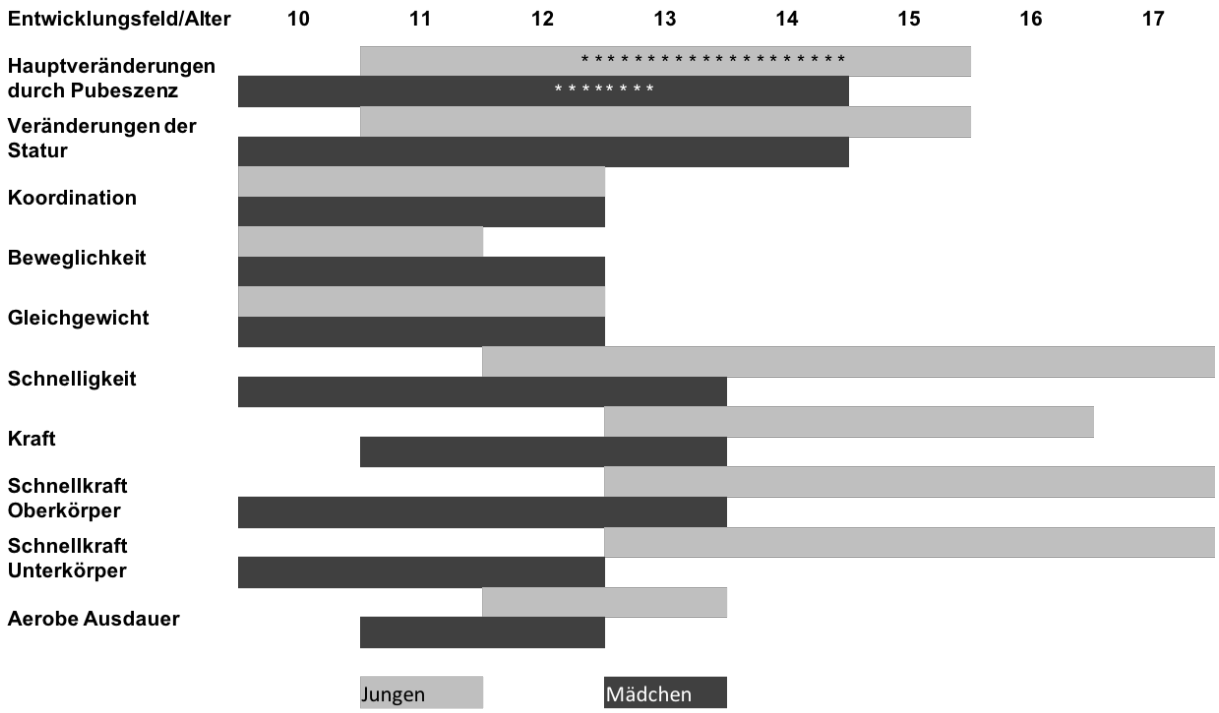


Abb. 5 Altersgemäße und natürlich beschleunigte Entwicklung von motorisch-konditionellen Fähigkeiten in Relation zu pubertären Veränderungen bzw. Veränderungen der Statur[20]

2.8. Anforderungsprofile

Um radsportliches Talent identifizieren zu können und damit die Talententwicklung zu untermauern, wurden in der Vergangenheit seitens des Bunds Deutscher Radfahrer (BDR) bereits für die jeweiligen Disziplinen radspezifische Anforderungsprofile[21] in Form von Belastungskennziffern erstellt, welche aufgrund des Zeitpunktes der Entstehung[22] allerdings noch die alten Kaderbezeichnungen tragen. Sie sind weder Garantien für eine erfolgreiche

[19] Vgl. Abb. 5
[20] Übernommen aus Vortrag der ehemaligen IAAF, heute World Athletics: https://www.ekjl.ee/wp-content/uploads/2019/10/03-Malek-LTD.pdf
[21] Vgl. Abb. 6 bis 9
[22] 2009

Talententwicklung, noch sind sie Ausscheidungskriterien, sollten Sporttreibende diese zum jeweiligen Zeitpunkt nicht erfüllen. Sie sind lediglich ein Überblick, unter welchen Voraussetzungen eine optimierte Leistungsentwicklung wahrscheinlicher wird. Allgemeinsportliche Anforderungsprofile werden im BRV durch die langfristige Durchführung von Sichtungsmaßnahmen entstehen.

Belastungskennziffern des Stufenprogramms

1. Männlicher MTB-Bereich

Kader-stufe	Alter	Anzahl TE/Woche	T-Umfang (h)	allg.Tr. (h)	spez.Tr.+WK Straße (h)	spez.Tr.+WK Gelände (h)	Technik-Tr. (h)
Anfänger	9-12	2-3/4-6h	150	50(33%)		50(33%)	50(33%)
D1-Schüler	13	2-4/7h	340	110(32%)	60(16%)	60(16%)	110(32%)
D2-Schüler	14	3-4/8h	400	110(28%)	90(22%)	90(22%)	110(28%)
D3-Jugend	15	4-5/9-10h	470	110(23%)	140(30%)	140(30%)	80(17%)
D4-Jugend	16	4-6/11h	560	110(20%)	190(34%)	180(32%)	80(14%)
D/C;CJ-Junioren	17	5-7/13h	660	110(17%)	250(38%)	240(36%)	60(9%)
D/C;CJ-Junioren	18	6-8/15h	770	110(14%)	300(39%)	310(40%)	50(7%)
D/C;C-U23	19	7-9/17h	860	110(13%)	340(40%)	370(43%)	40(4%)

2. Weiblicher MTB-Bereich

Kader-stufe	Alter	Anzahl TE/Woche	T-Umfang (h)	allg.Tr. (h)	spez.Tr.+WK Straße (h)	spez.Tr.+WK Gelände (h)	Technik-Tr. (h)
Anfänger	9-12	2-3/4-6h	150	50(33%)		50(33%)	50(33%)
D1-Schüler	13	2-4/7h	340	110(32%)	60(16%)	60(16%)	110(32%)
D2-Schüler	14	3-4/8h	400	110(28%)	90(22%)	90(22%)	110(28%)
D3-Jugend	15	4-5/9h	450	100(23%)	135(30%)	135(30%)	80(17%)
D4-Jugend	16	4-6/11h	520	100(20%)	180(34%)	165(32%)	75(14%)
D/C;CJ-Junioren	17	5-7/12h	580	100(17%)	220(38%)	210(36%)	50(9%)
D/C;CJ-Junioren	18	6-8/13h	640	90(14%)	250(39%)	255(40%)	45(7%)
D/C;C-Frauen	19	7-9/15h	700	90(13%)	280(40%)	300(43%)	30(4%)

Abb. 6 Belastungskennziffern des BDR im MTB-Bereich

3. Männlicher Ausdauerbereich

Kader-stufe	Alter	Anzahl TE/Woche	T-Umfang Std.	allg. Std.	spez. Std.	Gesamt-km	WK-km				
Anfänger	9-12	2-3	250	150	100	3000	350				
D1-Schüler	13	2-4	340	160	180	5300	650				
D2-Schüler	14	3-4	390	120	270	8200	1100				
D3-Jugend	15	4-5	470	100	370	11000	1600				
D4-Jugend	16	4-6	560	90	470	14000	2000				
D/C;CJ-Junioren	17	5-7	660	80	580	17000	3000				
						STRAßE:					
D/C;CJ-Junioren	18	6-8	770	70	700	21000	4200				
D/C;C-U23	19	7-9	860	60	800	24000	6500				
D/C;C-U23	20	7-9	960	60	900	27000	8000				
						BAHN:		KmR	EB	SB	SN
D/C;CJ-Junioren	18	6-8	670	70	600	18000	3500	400	600	70	10
D/C;C-U23	19	7-9	730	60	670	20000	4000	360	600	42	
D/C;C-U23	20	7-9	830	60	770	23000	4500	400	800	48	

4. Weiblicher Ausdauerbereich

Kader-stufe	Alter	Anzahl TE/Woche	T-Umfang Std.	allg. Std.	spez. Std.	Gesamt-km	WK-km
Anfänger	9-12	2-3	250	150	100	3000	350
D1-Schüler	13	2-4	310	140	170	5000	650
D2-Schüler	14	3-4	370	100	270	8000	900
D3-Jugend	15	4-5	440	90	350	10500	1200
D4-Jugend	16	4-6	500	80	420	13000	1500
D/C;CJ-Junioren	17	5-7	570	70	500	15000	2500
D/C;CJ-Junioren	18	6-8	630	60	570	17000	2800
D/C;C-Frauen	19	7-9	660	60	600	18000	3000
D/C;C-Frauen	20	7-9	730	60	670	20000	3500

Abb. 7 Belastungskennziffern des BDR im Ausdauerbereich

5. Männlicher Kurzzeitbereich

Kader-stufe	Alter	Anzahl TE/W	allg. Std.	KaM. Std.	Gesamt-km	W1 km	W2/3 km	K1 km	K2 km	SN km	WSN km	SB km	EB km	G1 km
D3	15	5	60	50	5650	20	450	18	0	15	35	15	80	5000
D4	16	6	60	60	6740	25	500	20	0	18	40	20	120	6000
D/C;CJ	17	6	50	100	7730	28	400	22	40	19	45	40	140	7000
D/C;CJ	18	7	50	120	8270	30	400	24	50	20	50	45	150	7500
D/C;C	19	8	40	120	8000	32	120	30	60	24	55	50	100	7000
D/C;C	20	9	40	120	9050	35	120	36	60	30	60	60	60	6500

6. Weiblicher Kurzzeitbereich

Kader-stufe	Alter	Anzahl TE/W	allg. Std.	KaM. Std.	Gesamt-km	W1 km	W2/3 km	K1 km	K2 km	SN km	WSN km	SB km	EB km	G1 km
D3	15	5	80	30	5580	15	400	18	0	15	30	10	0	5000
D4	16	6	80	40	6160	20	450	20	0	18	35	15	40	5500
D/C;CJ	17	6	60	80	6780	22	500	22	30	19	40	30	120	6000
D/C;CJ	18	7	50	80	7210	25	400	24	40	20	45	35	120	6500
D/C;C	19	8	40	100	7500	28	120	25	45	22	50	40	80	6000
D/C;C	20	9	40	120	7000	30	120	28	50	25	55	40	40	5500

Abb. 8 Belastungskennziffern des BDR im Kurzzeitbereich

7. Männlicher BMX-Bereich

Kader-stufe	Alter	WK Std.	Technik Std.	a.a.A. Std.	KaM. Std.	K1 km	SN km	WSN km	SB km	EB km	G1 km
U11	10	65	200	20	0	25	20	6	0	0	0
U13	11+12	65	250	30	0	30	30	20	15	0	1000
D1	13	75	250	40	20	35	35	25	25	0	2500
D2	14	80	250	50	40	40	40	30	30	18	3000
D3	15	100	250	50	100	45	42	35	35	20	3500
D4	16	120	250	50	110	50	45	40	40	24	3800
D/C;CJ	17	150	250	50	130	55	50	45	50	36	4200
D/C;CJ	18	150	250	55	140	58	52	48	55	48	4500
D/C;C	19	150	250	60	150	60	54	50	60	50	4800

8. Weiblicher BMX-Bereich

Kader-stufe	Alter	WK Std.	Technik Std.	a.a.A. Std.	KaM. Std.	K1 km	SN km	WSN km	SB km	EB km	G1 km
U11	10	65	200	20	0	10	10	6	0	0	0
U13	11+12	65	250	30	0	20	15	10	10	0	800
D1	13	75	250	40	0	25	20	15	18	0	1200
D2	14	80	250	50	20	30	25	20	25	0	1600
D3	15	100	250	50	40	35	30	25	30	10	2000
D4	16	120	250	50	80	40	35	30	36	18	2500
D/C;CJ	17	150	250	50	100	45	40	38	42	20	3000
D/C;CJ	18	150	250	55	110	50	46	42	45	24	3500
D/C;C	19	150	250	60	120	55	50	45	50	36	4000

Abb. 9 Belastungskennziffern des BDR im BMX-Bereich

2.9. Talententwicklung

> *„Das Beste findet sich dort, wo sich Fleiß mit Begabung verbindet.“*
>
> Johannes Kepler, deutscher Astronom

Die Talententwicklung im BRV läuft zentriert in Kadermaßnahmen und in den jeweiligen Regionalstützpunkten ab, begleitet durch regelmäßige Trainingsempfehlungen für das Heimtraining in den Vereinen. Darüber hinaus erhielt das Landesleistungszentrum Nürnberg im Jahr 2018 den Zuschlag für einen Bundesstützpunkt vorerst bis zum Ende des laufenden Olympiazyklus[23]. Parallel dazu wurde ein Neubau der Eliteschule des Sports in Nürnberg-Langwasser[24] im Frühjahr 2022 fertiggestellt. Bereits in den nächsten zwei Jahren sollen neue Mountainbike-Strecken im Bereich des Nürnberger Reichswaldes entstehen. Neben dieser deutlichen Aufwertung der Rahmenbedingungen wird auch der Personaleinsatz des BRV bzw.

[23] Bis Ende 2024
[24] inkl. Neubau und Anschluss des Internats innerhalb der darauffolgenden vier Jahre

BDR deutlich vergrößert. So sollen vor allem am Bundesstützpunkt vermehrt leistungsstarke Nachwuchstalente gefördert werden, die durch den Besuch der Eliteschule des Sports[25] zusätzliche Fördermöglichkeiten erhalten, beispielsweise vom BRV und BDR angeleitete Frühtrainingseinheiten, Flexibilisierung der Abschlussjahre, auf das Training und den Wettkampf abgestimmte Stunden- und Schulaufgabenpläne, individualisierter Nachführunterricht, unkomplizierte Befreiungen bei Wettkampf- und Trainingsmaßnahmen und im Bedarfsfall weitere individuelle Maßnahmen.

Ab der U17 nimmt das radsportspezifische Training in der Relation zum Gesamtumfang deutlich zu. Athletisch-konditionelle Grundlagen sollten in den Jahren zuvor bereits erarbeitet bzw. noch bestehende, größere Defizite ermittelt worden sein. Diese stärkenorientiert weiter auszubauen, um neben der Gesunderhaltung weitere Leistungssteigerungen auch durch das sportartunspezifische Training sicherzustellen, ist ein wesentlicher Faktor in der langfristigen Talententwicklung. Da spätestens in der U19 nicht nur in den sehr ausdauerorientierten Disziplinen der Trainingsumfang nochmal deutlich größer wird, sind erste Gespräche, wie Training/Wettkampf und Schule/Studium/Ausbildung/Arbeitsleben vereinbart werden können, unabdingbar und neben den Erziehungsberechtigten durchaus auch die Vereins- und Verbandstrainer je nach Potential und künftiger sportlicher Ausrichtung hinzuzuziehen. Der Prozess der Talententwicklung[26] ist hier noch nicht abgeschlossen, sondern in vollem Gange. Gestützt können leistungssportliche Angebote durch klassische Jugendbildung[27].

2.10. BRV-Kaderpyramide und Förderangebote

Die Kaderpyramide[28] des BRV soll nicht nur die einzelnen Ausbildungsabschnitte aufzeigen, sondern auch die groben Zuständigkeiten beschreiben. Durch zusätzlich geschaffene personelle Ressourcen im Bereich der Nachwuchsarbeit sollen noch mehr Verknüpfungsmöglichkeiten zwischen Schulen, Vereinen und Verband entstehen hinsichtlich der Sichtungsarbeit und in der Bereitstellung von Bildungselementen der ersten Ausbildungsetappen des langfristigen Leistungsaufbaus – insbesondere im Hinblick auf die sportartunspezifische Ausbildung der Altersklassen U11 bis U15. Parallel dazu werden Jugendliche mit großem sportlichem Potential bereits früher in Förderstrukturen des Verbands integriert bzw. eingehender beobachtet, um die langfristige Entwicklung frühzeitig altersgerecht begleiten zu können. Ab der U15 finden somit regelmäßige Kadermaßnahmen

[25] eingebunden sind die Mittel- und Realschule, sowie das Gymnasium der Bertolt-Brecht-Schule und die Fachoberschule Lothar-von-Faber
[26] Vgl. 2.3 und Abb. 3
[27] Vgl. 2.11
[28] Vgl. Abb. 10

und ein reger Austausch mit den jeweils zuständigen Landesverbandstrainerinnen und -trainern statt. Auf Bezirksebene soll die Förderung mit der Altersstufe U13 beginnen und die Arbeit des Landesverbands im U15-Bereich ergänzen. Weitere Informationen zur Kaderförderung im BRV sind auf der Verbands-Homepage unter www.bayerischer-radsportverband.de/brv-strukturen-und-konzepte stets in der aktuellen Version verfügbar.

Alterklasse	Kader	Zuständigkeit	Ausbildungsinhalte
Elite U23	Olympia-Kader Perspektiv-Kader (Ergänzungskader) Nachwuchskader	BDR / Team (LV)	**Hochleistungstraining** • alles auf Erreichen der sportlichen Höchstleistung ausgerichtet • komplette individuelle Ausrichtung auf Wettkampfhöhepunkte • 15 % allg. Athletik : 85 % radspezf. Traning
U19	NK1-, NK2-Kader, LK	LV (NK2) und BDR (NK1) (Verein)	**Anschlusstraining** • Steigerungsfähiger Anschluss an die Weltspitze herstellen • Akzentuierte Umfangssteigerung • Methodik nach Periodisierung und Zyklisierung • 30 % allg. Athletik : 70 % radspezif. Training
U17	LK (Landeskader) (LSK z.B. Quereinsteiger)	LV und Verein	**Aufbautraining** • zunehmend spezielles Training, doch immer noch ein hoher Anteil von allg Athletik • Beginn einer Periodisierung und Zyklisierung • Beginn mit Kraft-orientierten Training • 40 % allg. Athletik : 60 % radspez. Training
U15	LSK (Landessichtungskader) Talentsichtung	(LV - Sichtung) Verein / Bezirk	**Grundlagentraining** • Vielseitiges Training mit und ohne Rad • Heranführung an verschiedene Rad-Disziplinen • Technikorientiertes Training → Umgang mit Rad • Absicherung der Belastungsverträglichkeit • 50 % allg. Athletik : 50 % radspezif. Training
U13	Talentsichtung Talentfindung	Verein / Bezirk	• 65 % allg. Athletik : 35 % radspez. Training
U11		Verein	**allgemeine Grundausbildung** • Talentsichtung vom Verein • Spaß steht im Vordergrund • Motorisches Basistraining
Anfänger		Verein	• Vielseitiges Training mit und ohne Rad • 80 % allg.Athletik : 20 % radspez. Training

Abb. 10 Kaderpyramide des BRV

2.11. Allgemeine Jugendbildung im BRV und in Vereinen

Jugendbildungsmaßnahmen sind Veranstaltungen für junge Menschen bis einschließlich 26 Jahren, die neben dem Sport auch in politischen, sozialen, berufsbezogenen, ökologischen, kulturellen und religiösen Bereichen abgehalten werden können. In Bayern betrifft dies die im Bayerischen Jugendring (BJR) zusammengeschlossenen Jugendorganisationen, sowie andere freie Träger der Jugendarbeit. Hierbei sind Zuschüsse von bis zu 70% der förderfähigen und angemessenen Kosten im Bereich des Möglichen, weshalb Beiträge für Teilnehmende durchaus deutlich geringer ausfallen könnten.

Sachgerechte Bildungsreisen für junge Menschen sollen Hilfen zur freien Entfaltung ihrer Persönlichkeit, ihrer Fähigkeiten und Kenntnisse geben und ihre Wahrnehmung bezüglich ihrer eigenen Rechte und Mitverantwortung in der Gesellschaft sensibilisieren. Ferner soll möglichst vielen Kindern und Jugendlichen die Beteiligung an der Jugendarbeit ermöglicht werden. Lerninhalte sollen dabei nicht nur durch Fachkräfte vermittelt, sondern auch selbstständig erarbeitet werden. Die Bayerische Sportjugend (BSJ) beschreibt dies in seiner Arbeitshilfe zu Jugendbildungsmaßnahmen, wie folgt.[29]

Das bedeutet, die jungen Menschen sollen

- **Ich-Kompetenz erlangen**; d.h. lernen, mit sich selbst verantwortungsvoll umzugehen (z.B. Themen „Wie gestalte ich meine Freizeit sinnvoll", „Gewalt", „Umgang mit Medien", „Ernährung", „Mobilität" etc.)
- **Sozialkompetenz erlangen**; d.h. lernen, in einer Gemeinschaft zu leben und sie verantwortlich mitgestalten (z.B. „Erfinden eines Projekts und eigenverantwortliche Durchführung", „Möglichkeiten der Mitbestimmung für Jugendliche", „Erproben demokratischer Verhaltensweisen während einer Maßnahme", etc.)
- **Sachkompetenz erwerben**; d.h. Wissen und Fähigkeiten erwerben und erarbeiten, um in unterschiedlichen Sachfragen handlungsfähig zu werden (z.B. „Ökologie", „Ernährung", „Umgang mit Werkstoffen", etc.)

Abb. 11 Auszug Arbeitshilfe zu Jugendbildungsmaßnahmen (BLSV)

Der BRV organisiert fortan selbst regelmäßig Jugendbildungsmaßnahmen. Verantwortlich hierfür ist das *BRV-Jugendteam*[30] des Verbands.

[29] Vgl. Abb. 11 - https://bsj.org/fileadmin/pdfs/Bildung/Jubi/AH_JBM_2019.pdf
[30] https://www.bayerischer-radsportverband.de/jugend-team

3. Ausblick

Seit 2022 wird von Verbandsseite mehr in die Sichtung, Gewinnung, Identifikation und Entwicklung von sportlichen Talenten investiert, sodass nun auch erste Erkenntnisse gereift sind hinsichtlich einer modernen, langfristigen Talententwicklung im Bayerischen Radsport. Neben spezifischen Anforderungen auf Basis von radsportlichen Belastungsstufen oder blanken Wettbewerbs- und Meisterschaftsergebnissen waren bislang keinerlei Kennziffern im Bereich der motorischen Fähigkeiten vorhanden, was durch eine verbandseigene Datenbank nun nachhaltig geändert wird. Auch die aktuelle Studienlage und die enge, vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem Wissensmanagement im Bund Deutscher Radfahrer bringen zunehmend neue Impulse, wenngleich hier noch weiteres Potenzial für die Zukunft vorhanden ist. In der Talententwicklung soll dies aber nicht alleinentscheidender Faktor bleiben, sondern auch psychosoziale Entwicklungsstufen und -strategien Einzug finden.

Passend dazu sollen weiterhin regelmäßig Jugendbildungsmaßnahmen des Verbandes stattfinden und damit auch Vereine ermutigt werden, sich noch mehr der allgemein-sportlichen und bildungsorientierten Förderung von Jugendlichen zu widmen und nicht schwerpunktmäßig oder gar ausschließlich radsportspezifisches Training anzubieten.

Abgerundet wird dieses Serviceangebot durch bildende Maßnahmen auch für Übungsleitende/Lehrkräfte, sowie zugeschnittene/individuelle Angebote für Vereine und SAGs/Stützpunktschulen, wie z.B. Trainingsbesuche, Empfehlungen, Hilfe bei der Planung von Trainingseinheiten oder eigenen Talentevents bzw. Jugendbildungsmaßnahmen.

Quellenverzeichnis

ARMSTRONG, N. (1992). Children and exercise. Part 2: The development of training programmes for children. *Athletics Coach, 26*(2), pp. 5-9

CSIKSZENTMIHALYI, M., RATHUNDE, K. & WHALEN, S. (1996). *Talented teenagers: The roots of success and failure*. New York: Cambridge University Press

DEMPSTER, S. (2005). It takes talent to manage talent (Part 2): A crossdiscipline look at long term athlete development. *The Coach*, (27), pp. 39-42

DICK, F. (1980). Basic technical models and the young athlete. *Athletics Coach, 14*(1), pp. 15-18

GAMBETTA, V. (1986). Back to basics – getting off to a good start in athletics. *New Studies in Athletics, 1*(4), pp. 11-15

GÖßMANN-SCHMITT, M., ULLRICH D. (2021). Persönlichkeits- und Teamentwicklung im Sport. *Leichtathletiktraining, 7/2021*, pp. 26-31

GÖßMANN-SCHMITT, M. (2022). Unterschiede zwischen erfolgreichen Athleten und potenziell erfolgreichen Sportlern. *Leistungssport, 01/2022*, pp. 26-30

GÖßMANN-SCHMITT, M. (2023). Die pädagogischen Auswirkungen sportmotorischer Grundlagen. In *Forum Kinder-und Jugendsport* (pp. 47-52). Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden.

JONES, M. (1993). Age laws for beginning of specialisation in athletic events. *Athletics Coach, 27*(2), pp. 5-13

LOKO, J., SIKKUT, T. & AULE, R. (1996). Sensitive periods in physical development. *Modern Athlete and Coach, 34*(2), pp. 26-29

MACNAMARA, A., COLLINS, D. (2022). Talent Development: A Practitioner and Parents Guide. USA: Taylor & Francis.

MALINA, R. M. (1984). Physical growth and maturation. In: Jerry R. Thomas (ed.), *Motor development during childhood and adolescence* (pp. 2-26). Minneapolis, Minnesota: Burgess Publ. Company

MARKUS, D. (1976). How young to begin specialized athletics training. *Athletics Coach, 19*(4), pp. 17-19

MOSTAERT, M., VANSTEENKISTE, P., LAUREYS, F., ROMMERS, N., PION, J., J.A. DECONINCK, F., & LENOIR, M. (2021). Motor coordination may be the key to success in youth cycling . *Journal of Science and Cycling*, *10*(2). Retrieved from https://www.jsc-journal.com/index.php/JSC/article/view/653

TRANCKLE, P. (2004). Understanding giftedness and talent in sport. *The Coach*, (21), pp. 61-73

GILBERT, W. (2017). Coaching Better Every Season. *Human Kinetics.*

GOULD, D., MALLETT, C. (2021). Sport Coaches‘ Handbook. *Human Kinetics.*

GÜLLICH, A., KRÜGER, M. (2013). Sport – Das Lehrbuch für das Sportstudium. *Springer*

MARTENS, RAINER. (2004). Successful Coaching. *Human Kinetics.*

PYKE, F. (2012). Coaching Excellence. *Human Kinetics.*

ATHLETICS CANADA (2015). Long Term Athlete Development. *https://athletics.ca/wp-content/uploads/2015/01/LTAD_EN.pdf*

IAAF/WORLD ATHLETICS (2015). Process of Long Term Athletes Development. *https://www.ekjl.ee/wp-content/uploads/2019/10/03-Malek-LTD.pdf*

SWISS ATHLETICS. (2016). Nachwuchsförderkonzept Swiss Athletics. *https://www.swiss-athletics.ch/wp-content/uploads/de_nwfkonzept2016.pdf*