

Charakterisierung des langfristigen Leistungsaufbaus im Schwimmen

Ausbildungsetappe	Alter*	Anforderungen & Ausbildungsinhalte und Methodik	Kader	Duale Karriere
Hochleistungstraining	ab 18 (m) ab 17 (w)	Anforderungsprofil: nach 18 Disziplinen	Anforderungsprofile differenziert nach 18 Disziplinen	OK, PK, NK1 Schule Ausbildung Beruf
Anschlussstraining	14-18 (m) 13-17 (w)		Anforderungsprofile differenziert nach Kurz-, Mittel- und Langstrecke	PK, NK1 Schule Ausbildung
Aufbautraining	10-14 (m) 10-13 (w)		Vielseitige und schwimmspezifische Ausbildung; Anforderungsprofile differenziert nach Mittel- und Langstrecken	NK2, LK Schule
Grundlagentraining	7-10/11 (m/w)		Ausbildung grundlegender schwimm-spezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten	LK (Grund)Schule
Grundausbildung	3-7 (m/w)		Ausbildung allgemeiner (spotart-übergreifende) Fähigkeiten und Fertigkeiten Anforderungen: Kernelemente, Kernbewegungen und Zielformen der Schwimmarten	Kinder-garten / Grund-schule

*Individualisierung der Altersstruktur nach Entwicklungsstand Individualisierung der Altersstruktur nach Entwicklungsstand