

1. Die BERGAFFEN sind ein nicht kommerzieller Kletterwettkampfverein für Kinder.

Die BERGAFFEN vereinigen Kinder von 6 bis 12 Jahren, die am Klettersport und dessen Wettkämpfe auf regionaler Basis interessiert sind. (vgl. bergaffen.ch -> über uns)
Es gibt mehrere Trainingsgruppen. Diese sind nach Alter, sowie Kletterkönnen aufgeteilt.

2. Interessierte Neueinsteiger sollten an unserem Plausch-Wettkampf im Juni teilnehmen.

Während dem laufenden Jahr, werden die Interessierten auf einer Warteliste vermerkt und im Frühling per Mail für den WK angeschrieben. Nach dem Anlass entscheiden die Trainer über die Aufnahme ins Team. Es gibt nur sehr wenige Plätze.

3. Bei den BERGAFFEN gibt es ein unteres Kletterniveau.

Kinder ab 10 Jahren müssen das Kletterniveau 5c beherrschen. Ebenso beherrschen alle ab 10 Jahren die Sicherungstechnik mit dem GriGri2. Ansonsten müssen sie aus Sicherheitsgründen einen Einsteigerkurs bei "Mäx die Kletterschule" oder bei einem anderen Anbieter besuchen.

Bei den 6 bis 9-jährigen gibt es kein unteres Kletterniveau. Hier wird das Sichern mit dem GriGri2 mit der Haltung „Halbmastwurf“ sowie der Vorstieg geübt.

4. Die Kinder ab 10-jährig (resp. deren Eltern) verpflichten sich mindestens einmal wöchentlich ein selbständiges Klettertraining zu absolvieren.

Kann dies nicht eingehalten werden, wird eine Lösung gesucht. Ein Wechsel in eine passendere Trainingsgruppe oder zu einer anderen Sportart wird vorgeschlagen.

5. Die Eltern unterstützen das selbständige Training.

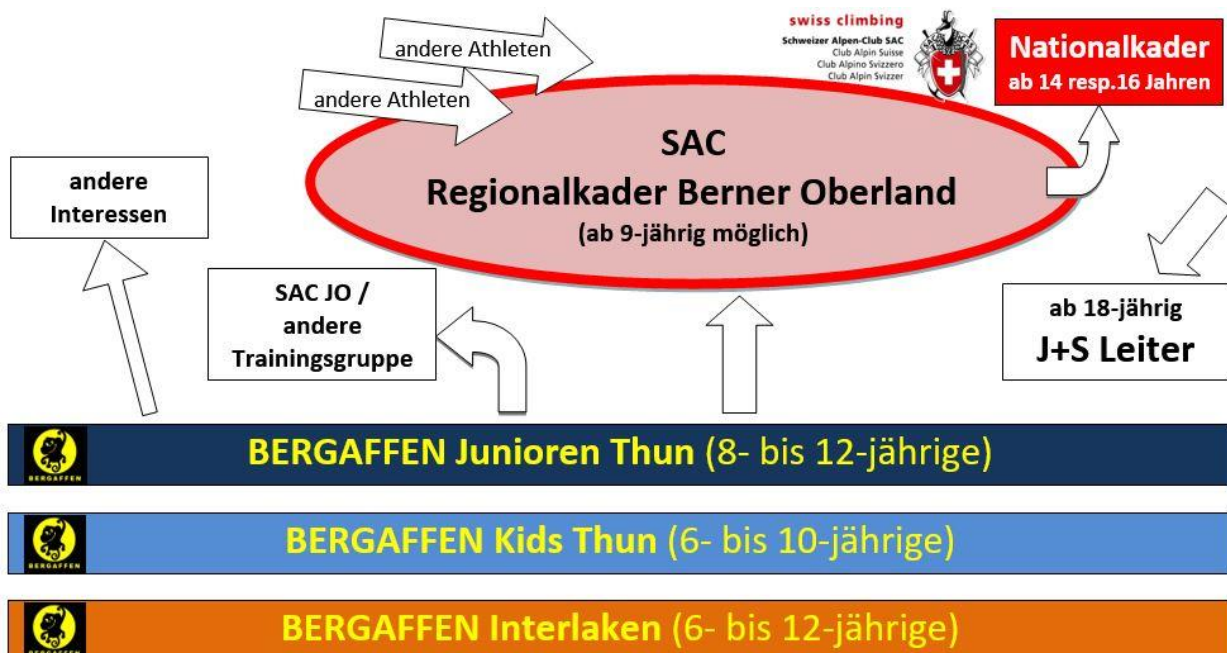
Die Mithilfe der Eltern im selbständigen Training muss gewährleistet sein.

Die Eltern unterstützen die Organisation, die Sicherheit, die Mobilität sowie die Häufigkeit der selbständigen Trainings.

6. Mitglieder der BERGAFFEN sind in den Trainings für das Klettern motiviert und benehmen sich anständig.

Die Teilnehmer oder die Teilnehmerin müssen sich sozial in die Gruppe einbinden können und diese in ihrem Handeln, im Sinne des Leitbildes, unterstützen.

Nach Absprache unter den Trainern und dem Kind, respektiv dessen Eltern, kann ein BERGAFFEN vom Verein ausgeschlossen werden.



Verteilungsrichtlinien im langfristigen Leistungsaufbau

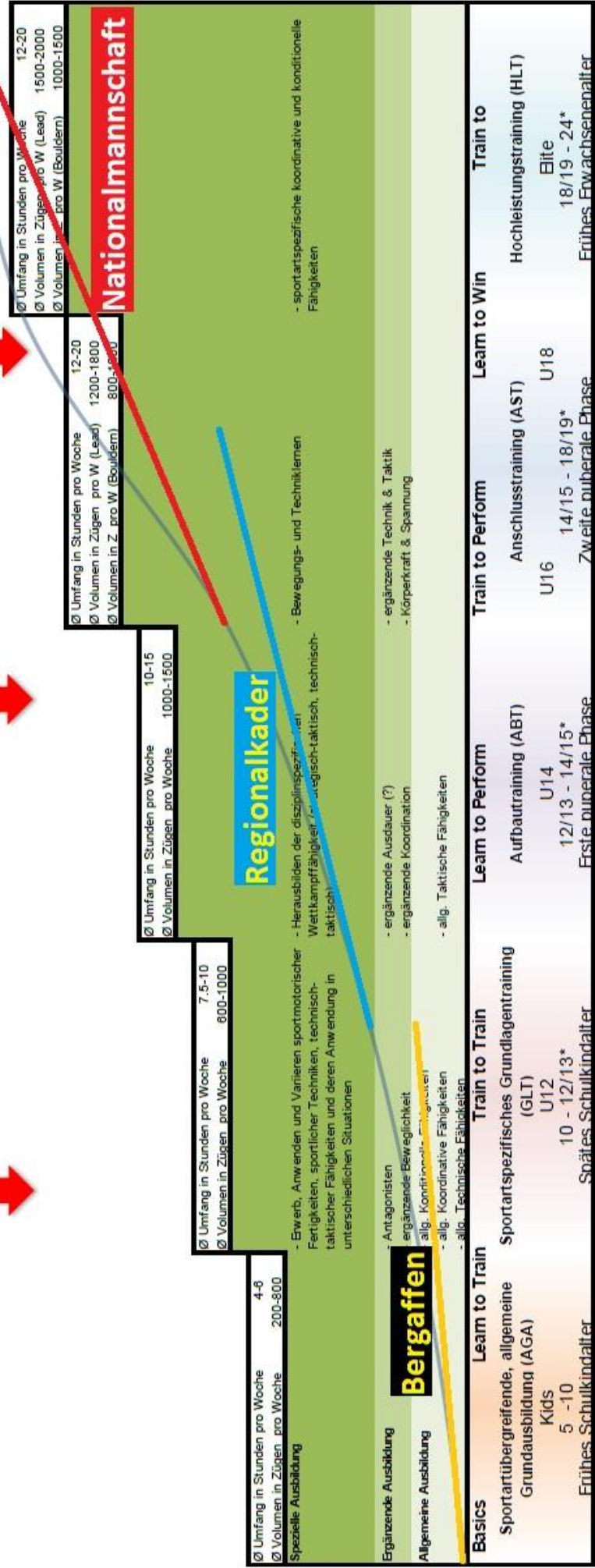
Disziplinspezifisch für Lead, Bouldern, Speed

Informationsverarbeitende Prozesse der Motorik (KOORDINATION, TECHNIK)
Schnelligkeit entwickelnde Inhalte (SCHNELLIGKEIT, SCHNELLKRAFT)

Konditionell belastende Inhalte
PHYSIS

strategisch- und technisch-taktische sowie mentale
PSYCHE

Intensität



Regionalkader

Bergaffen

Nationalmannschaft

Learn to Train

Learn to Perform

Learn to Perform

Learn to Win

Train to Perform

Train to Win

Train to Win

Basics
Sportartübergreifende, allgemeine Grundausbildung (AGA)
Kids
5 - 10
Frühes Schulkindalter

Learn to Train
Sportartspezifisches Grundlagentraining (GLT)
U12
10 - 12/13*
Spätes Schulkindalter

Learn to Perform
Aufbautraining (ABT)
U14
12/13 - 14/15*
Erste puberale Phase

Learn to Perform
Anschlussstraining (AST)
U16
14/15 - 18/19*
Zweite puberale Phase

Learn to Win
Hochleistungstraining (HLT)
U18
18/19 - 24*
Frühes Erwachsenenalter

Learn to Win
Hochleistungstraining (HLT)
Elite
18/19 - 24*
Frühes Erwachsenenalter

Learn to Win
Hochleistungstraining (HLT)
Elite
18/19 - 24*
Frühes Erwachsenenalter