

Trainerreglement

Gilt für die Tätigkeit als Trainer*in bei den *finishers winterthur*. **Unabhängig von der Formulierung sind alle Personen gemeint und angesprochen.**

Einführung

1. **Werte und Prinzipien:** Unser Vereinsleben basiert auf Respekt, Fairness, Toleranz und Teamgeist. Als Trainer*in bist du ein Vorbild für die Sportler und trägst aktiv dazu bei, diese Werte zu vermitteln und zu leben.
2. **Verantwortung und Engagement:** Du übernimmst die Verantwortung für das Training und die Entwicklung der dir anvertrauten Sportler. Dein Engagement erstreckt sich auf Verhalten und den Umgang miteinander.
3. **Sicherheit und Gesundheit:** Die Sicherheit und Gesundheit der Sportler haben oberste Priorität. Bitte achte auf eine sorgfältige Trainingsplanung, die Berücksichtigung individueller Leistungsstände und die Einhaltung gesundheitlicher Vorsichtsmassnahmen.
4. **Kommunikation und Zusammenarbeit:** Offene und klare Kommunikation ist die Basis für eine erfolgreiche Zusammenarbeit. Bitte fördere den Austausch mit den Sportlern, deren Eltern (bei Nachwuchsathleten), anderen Trainern und dem Vereinsvorstand. Informieren die Teilnehmer in geeigneter Weise über Anpassungen des Trainingsmodus. Über Krankheit, Ferien und besondere Vorkommnisse setzt du den Verantwortlichen des Trainingsbetriebs unverzüglich in Kenntnis.
5. **Weiterbildung und Entwicklung:** Wir ermutigen dich, dich kontinuierlich weiterzubilden und deine Fähigkeiten als Trainer*in zu erweitern. Der Verein unterstützt dich dabei nach Kräften.
6. **Förderung des Teamgeistes:** Ein starkes Gemeinschaftsgefühl und der Zusammenhalt im Team sind uns wichtig. Bitte gestalte das Training so, dass der Teamgeist gefördert und die Freude am Sport gestärkt wird.

Die [Einverständniserklärung Sexuelle Prävention](#) ist ein integrierter Bestandteil dieses Trainerreglements und durch die Erwachsenentrainer zu unterzeichnen und an trainingsbetrieb@finishers.ch zu senden.

Für die Nachwuchstrainer gilt das Dokument "[Selbstverpflichtung Prävention sexueller Übergriffe](#)" der Stadt Winterthur. Dieses ist unterzeichnet an info@next-finishers.ch zu senden.

Inhalt

Allgemein	2
Organisation	3
Trainersitzung	3
Tenue	3
Entschädigungen	3
Beendigung der Trainertätigkeit	4
Lauftraining	4
Trainer-Besetzungen Lauftraining	4
Aufgaben	4
Ausbildungen	4
Schwimmtraining	5
Aufgaben	5
Ausbildungen	5
Zusätzliche Entschädigungen bei Schwimmtrainern	5
Nachwuchstrainer	6
Pflichten	6
Trainingsinhalte	6
Trainingsziele	6
Ausbildungen	6
Honorar	6

Allgemein

Ausbildungen

Es gelten die für Lauf- bzw. Schwimmtrainer vorgesehenen Ausbildungen. Die Rechnungen für die Kurskosten werden durch den Verein *finishers winterthur* übernommen.

Voraussetzung für die Kostenübernahme:

- Der/die Lauftrainer*in leitet mind. 10 aller im Trainingsplan geplanten Trainings der *finishers winterthur* pro Jahr.
- Die obligatorischen Schwimmausbildungen müssen von jedem/r Trainer*in absolviert werden.

Es wird im Anschluss an den Kurs von einer Tätigkeit als Trainer*in für mind. 1 Jahr ausgegangen. Erfüllt der/die Trainer*in diese Bedingung nicht, erlischt die vollständige Kostenübernahme durch *finishers winterthur*. Die Kurskosten sind entsprechend gemäss nachfolgendem Schlüssel durch den/die Trainer*in anteilmässig an die *finishers winterthur* zurück zu erstatten.

Rücktritt als Trainer*in (ab schriftlicher Zusage zur Ausbildung):

innerhalb ½ Jahr:	100%
Nach ½ Jahr:	75%

Nach einem Jahr:	50%
Nach 1 ½ Jahren:	25%
Nach 2 Jahren:	0%

Spesen wie Übernachtungskosten, Verpflegung, Reisekosten, sowie allfällige vom Kursteilnehmer verursachte Annullationskosten gehen zu dessen Lasten.

Organisation

Trainersitzung

- Erwachsene: 2x jährlich findet eine obligatorische Sitzung für den Austausch, Einholung von gegenseitigem Feedback, Trainings- sowie Kapazitätsplanung mit dem/der Trainingsbetrieb-Verantwortlichen statt.
- Nachwuchs: Es findet 3x jährlich eine Sitzung mit dem/der Nachwuchs-Verantwortlichen (head coach) statt.

Diese Sitzung findet in einem alltagsüblichen Restaurant statt. Der Hauptgang (exkl. Getränke) im Rahmen der letzten Sitzung des Jahres wird vom Verein übernommen.

Tenue

Trage während des Trainings ein finishers-Shirt.

Anrecht für Bekleidung für Haupt- und Hilfstrainer*in:

Die Kleider werden vom Verein übernommen, wenn:

- 8 Lauftraining geleitet werden
- 4 Schwimmtrainings geleitet werden
- 8 Trainings im Total vom Nachwuchstrainer geleitet wurden

Es gelten die Leistungen im Vorjahr. Das Sekretariat gibt Bestellzeitpunkt und Details zur Bekleidung bekannt.

Entschädigungen

Honorar:

- alle Trainer: pro Training CHF 30.-
- keine Zusatzentschädigungen für weitere Aufwendungen

Befreiung vom Mitgliedsbeitrages für Haupt- und Hilfstrainer: Jeweils aufgrund der Leistungen im Vorjahr (> 10 Trainings).

Die Abrechnung der Honorare erfolgt jeweils im 4. Quartal (Auszahlung Januar). Für die Abrechnung der Honorare für die Schwimmtrainer gelten die eingetragenen Trainings im "Kalender Trainerpool".

Beendigung der Trainertätigkeit

Die Trainer-Aufgaben können von beiden Seiten mit einer Frist von 3 Monaten auf Ende des jeweiligen Monats aufgehoben werden. Bestehende Vereinbarungen behalten ihre Gültigkeit. Eine Beendigung der Trainertätigkeit ist dem Trainingsbetrieb-Verantwortlichen schriftlich per E-Mail mitzuteilen.

Lauftraining

Trainer-Besetzungen Lauftraining

Haupttrainer*in: Je 1 Haupttrainer*in für das Dienstags- und 1 Haupttrainer*in für das Donnerstags-Training

dazu:

- Hilfsttrainer: mind. 10 Trainings pro Jahr, fest eingeplant
- Pooltrainer: < 10 Einsätze pro Jahr, spontane Einsätze nach Bedarf

Aufgaben

Zusatzaufgaben der Haupttrainer:

- Hauptverantwortliche für die Trainings an den jeweiligen Abenden
- Halbjährliches Erstellen des Trainingsplans (in gegenseitiger Koordination und Absprache mit dem Trainingsbetrieb-Verantwortlichen)
- Erste Anlaufstelle für Hilfs- und Pooltrainer, Athleten im Training, sowie gegenüber dem/der Trainingsbetrieb-Verantwortlichen seitens des Club-Vorstandes
- Einführung von Schnupperteilnehmern:
 - Auskünfte, Erst-Informationen
 - Betreuung beim Schnuppertraining (kann an Hilfs-/Pooltrainer delegiert werden)

Ausbildungen

Haupt- und Hilfsttrainer:

- spätestens nach 1/2 Jahr Trainertätigkeit Anmeldung für den nächsten Kurs: *Running Instructor* Breitensport/Erwachsenensport unter der Leitung von *Swiss Athletics*, bestehend aus den Modulen:
 - 1) Kernmodul *esa*, Dauer: 3 Tage
 - 2) Fachmodul *Running*, Dauer: 3 Tage
- Bei ununterbrochener Trainertätigkeit besteht alle 2 Jahre das Anrecht auf eine laufspezifische und trainingsbezogene Weiterbildung im Wert von CHF 800.-. Dazu ist vorgängig, eine Vereinbarung mit dem Trainingsbetrieb-Verantwortlichen zum gewünschten Kurs aufzusetzen.

Pool-Trainer:

- keine Ausbildungen erforderlich, keine Kostenbeteiligung durch den Verein

Schwimmtraining

Aufgaben

Die Trainings werden vorbereitet und mit Hilfe des Whiteboards an die Trainierenden vermittelt. Der/die Trainer*in achtet verantwortungsvoll auf seine Gruppe, bis alle Trainings-Teilnehmenden das Wasser verlassen haben.

Der/die Trainer*in gibt Feedback zum Schwimmstil, zur Ausführung der Übung und achtet darauf, dass die Pausen eingehalten werden. Er/sie versteht es, die Trainierenden so zu platzieren, dass dem individuellen Niveau optimal Rechnung getragen werden kann. Er/sie ist verantwortlich, dass die richtige Bahn zur richtigen Zeit benutzt wird. Bei allfälligen Umorganisationen ist er der alleinige Entscheidungsträger.

Schnupperteilnehmer*innen werden zu Beginn des Trainings über den Ablauf des Trainings informiert, während des Trainings gut beobachtet und am Ende wird ein gegenseitiges Feedback eingeholt. Der/die Schnupperteilnehmer*in hat vom Trainingsbetrieb-Verantwortlichen bereits ein Merkblatt bekommen. Siehe Dokument "[Infoblatt Schnuppertraining](#)".

Ausbildungen

Für Fix- und Pooltrainer:

- SLRG Brevet Basis Plus Pool (alle 4 Jahre zu wiederholen)
- Aktuelles BLS AED Brevet (alle 2 Jahre zu wiederholen)

Kostenaufwand für beide Kurse: ca. CHF 500.-. Zeitrahmen: Teilnahme am nächstmöglichen Kurs.

Weiteres Ausbildungs-Angebot (optional):

ESA Leiter Schwimmsport, bestehend aus den Modulen:

- 1) J&S Zulassungsprüfung Leiterkurs, CHF 125.-, 1 Tag
- 2) J&S Grundausbildung Leiterkurs, CHF 240.-, 6 Tage
- 3) Einführungskurs ESA Leiter, Fachqualifikation Schwimmsport, Swiss Aquatics, CHF 240.-, 2 Tage / Total Kosten CHF 605.-

Zusätzliche Entschädigungen bei Schwimmtrainern

- Anlagekarte Geiselweid ab 4 Trainings/Jahr (im Folgejahr)
- Parkbewilligung Geiselweid ab 6 Trainings/Jahr (im Folgejahr) mit Vorbehalt (Beschränkung auf 8 Parkbewilligungen pro Verein)

Nachwuchstrainer

Pflichten

- Kinder- und jugendgerechtes Training planen und durchführen
- Unterrichtsplanung gemäss J+S
- Führen einer Anwesenheitskontrolle bei J+S

Trainingsinhalte

- Jahresplanung angepasst an die Triatlonsaison (Technik-, Ausdauer-, Intervall-Fokus)
- Qualitätssicherung (Einzelbesprechungen, Rücksprachen mit andern Coaches, Videoaufnahmen, individuelle Feedbacks etc.)

Unterschiedliche Trainingsplanung für Kids und Junioren – der Umfang der Kids muss klar kleiner sein als jener der Junioren.

Trainingsziele

- Aufbau und Vorbereitung für die Ziele von Swiss Triathlon
- Wettkampfvorbereitung
- Teamspirit und Vereinsleben fördern und pflegen
- Athleten sollen lernen, lachen und leisten

Ausbildungen

- J+S Leiterkurs (in jedem Training muss mindestens ein Trainer*in die Ausbildung haben)
- 18+ Coach für Hilfstrainer*innen (Kurzausbildung zBps. Eltern)
- 1418 Coach für Hilfstrainer*innen (Nachwuchs-Interessierte Athleten aus der Gruppe)
- J+S Coach (Weiterbildungspflicht)

Alle Ausbildungen benötigen regelmässige Modul Fortbildung gemäss J+S. Dazu ist vorgängig, eine Vereinbarung mit dem/der Trainingsbetrieb-Verantwortliche/n zum gewünschten Kurs aufzusetzen.

Entschädigungen

Honorar:

- Coach: CHF 30.- pro Training (bis zu 1.5h) / CHF 50.- pro Training (2.5h Kids-Training)
- 18+ Coach: CHF 30.- pro Training (ohne Planung, Dauer egal)
- 1418coach: CHF 7.50.- pro Training / mit Planung des Trainings insgesamt 15.-
- J+S Coach: CHF 50.- jährlich
- Haupttrainer*in im Trainingslager werden mit CHF 300.- entschädigt

Das Honorar wird halbjährlich abgerechnet. Der Hauptverantwortliche bei den Kids wie auch bei den Junioren sendet die pro Kopf anfallenden Honorare an den/die Finanz- sowie Nachwuchsverantwortliche/n.

Die Bedingungen zur Organisation, Tenü, zusätzliche Entschädigungen für Schwimmtrainer und Beendigung der Trainertätigkeit gelten für die Nachwuchstrainer gleich wie für die Erwachsenentrainer (siehe oben).

Ort, Datum

Name und Unterschrift
