

Betreff:**Gewährung von Zuschüssen an Sportvereine | Schwimm-Start-Gemeinschaft Braunschweig e. V. - Erhalt des Landesstützpunktes Schwimmen im Jahr 2024****Organisationseinheit:**Dezernat VIII
0670 Sportreferat**Datum:**

19.04.2024

Beratungsfolge

Sportausschuss (Entscheidung)

Sitzungstermin

26.04.2024

Status

Ö

Beschluss:

„Der Schwimm-Start-Gemeinschaft Braunschweig e. V. wird vorbehaltlich der befürwortenden Stellungnahme des Stadtsportbundes Braunschweig e. V. zum vorgelegten Leistungssportkonzept ein Zuschuss in Höhe von bis zu 53.200,00 € für den Erhalt des Landesstützpunktes Schwimmen im Jahr 2024 gewährt.“

Sachverhalt:

Gemäß Ziffer 3.8.2 der Sportförderrichtlinie der Stadt Braunschweig kann die Stadt projektorientiert die Entwicklung einzelner Sportarten im Bereich des Leistungs- und Spitzensportes gezielt fördern, sofern ein entsprechendes Leistungssportkonzept vorgelegt wird und der Stadtsportbund Braunschweig e. V. zum Vorhaben eine befürwortende Stellungnahme vorlegt.

Die Schwimm-Start-Gemeinschaft Braunschweig e. V. (SSG) beantragt für das Jahr 2024 einen städtischen Zuschuss für den Erhalt des Landesstützpunktes Schwimmen in Braunschweig in Höhe von bis zu 53.200,00 €. Nach vorliegendem Kosten- und Finanzierungsplan geht die SSG von voraussichtlich zuwendungsfähigen Gesamtausgaben in Höhe von 360.420,41 € aus.

Die SSG ist einerseits anerkannt als Landesstützpunkt und fördert hierbei die vereinseigenen Kaderathletinnen und -athleten. Darüber hinaus unterstützt die SSG die leistungsorientiert trainierenden Schwimmer/-innen ihrer Mitgliedsvereine. Dieser leistungsorientierte Förder- und Entwicklungsansatz ist aus sportfachlicher Sicht gemäß Ziffer 3.8.2 der Sportförderrichtlinie förderfähig, insbesondere, da ohne dieses zusätzliche Betätigungsfeld der SSG auch der Landesstützpunkt Schwimmen nicht durch den Verein erhalten werden könnte.

Aus dieser Projektarbeit gehen traditionell neue Kaderathletinnen und -athleten hervor, die den Fortbestand der SSG und des Landesstützpunktes nachhaltig sicherstellen.

Eine Leistungssportkonzeption der SSG, welche die Anforderungen der Sportförderrichtlinie vollumfänglich erfüllt, liegt der Verwaltung vor. So wird u. a. beschrieben, dass durch die Teilnahme an überregionalen und nationalen Wettkämpfen Braunschweig repräsentiert und dadurch die Bekanntheit der Stadt gesteigert wird. Ein weiterer positiver Effekt und Imagegewinn für Braunschweig entsteht durch die Ausrichtung von Wettkämpfen durch die SSG, an denen Teilnehmer/-innen aus dem gesamten Bundesgebiet teilnehmen.

Die Verwaltung schlägt daher vor, der SSG vorbehaltlich der befürwortenden Stellungnahme des Stadtsporthauses Braunschweig e. V. zum vorgelegten Leistungssportkonzept einen Zuschuss in Höhe von bis zu 53.200,00 € für den Erhalt des Leistungsstützpunktes Schwimmen im Jahr 2024 als Anteilsfinanzierung (14,76 %) zu gewähren.

Haushaltsmittel in ausreichender Höhe stehen im städtischen Doppelhaushalt 2023/24 zur Verfügung.

Herlitschke

Anlage/n:
Leistungssportkonzept SSG 2024

Leistungssportkonzept der SSG Braunschweig



Erstellt:
Vorstand der SSG Braunschweig
Version vom 17.03.2024



1. Vorstellung der SSG Braunschweig	4
2. Aktueller Leistungsstand	4
2.1. Entwicklung in den letzten Jahren.....	4
2.2. Entwicklung in der Pandemiephase 2020 bis 2022	5
2.3. Die größten Erfolge im Jahr 2023	6
2.4. Die größten Erfolge im Jahr 2022	8
3. Ziele der SSG Braunschweig	9
3.1. Vereinsziele	9
3.2. Leistungsorientierte Ziele	10
3.3. Wettkampforientierte Ziele.....	10
3.4. Kurzfristige Leistungs- und Entwicklungsziele	10
3.5. Leitlinie und Grundsätze im Leistungssport	11
4. Organisations- und Führungsstruktur	12
4.1. Organisation	12
4.2. Führungsstruktur.....	12
4.3. Ehrenamtliches Engagement.....	12
5. Leistungssportpersonal	13
5.1. Personalstruktur Trainer	13
5.2. Maßnahmen zur Absicherung von aktuellem Fachwissen	13
5.3. Qualifikation.....	14
6. Trainingssystem	14
6.1. Langfristiger Trainingsaufbau im Leistungssport.....	14
6.2. Wettkampfsport.....	15
6.3. Langfristiger Trainingsaufbau im Leistungssport.....	15
6.4. Schematische Darstellung der Gruppen im Alters- und Leistungsbereich mit ihren spezifischen Anforderungen	16
6.5. Schematische Darstellung einer möglichen Zuordnung der Schwimmer zu den Gruppen basierend auf dem aktuellen Leistungsstand	18
6.6. Beschreibung der einzelnen Gruppen	18
6.6.1. Spitzengruppe (SpG)	18
6.6.2. Leistungsgruppe 1 (L1).....	19
6.6.3. Leistungsgruppe 2 (L2).....	19
6.6.4. Leistungsgruppe 3 (L3).....	19
6.6.5. Basisgruppe 1 (B1)	20
6.6.6. Basisgruppe 2 (B2)	20
6.6.7. Wettkampfgruppe 1 (WK1)	20
6.6.8. Wettkampfgruppe 2 (WK2)	21
6.6.9. Leistungsgruppe Masters (L-M)	21
6.6.10. Wettkampfgruppe Masters (WK-M)	21
6.7. Weitere Vergleiche in der Darstellung der Leistungen der unterschiedlichen Schwimmer	21
6.7.1. Top1 Strecke	22
6.7.2. Top4 Strecke	22
6.7.3. Lagen (Top1 aus 100L/200L/400L).....	23
7. Wettkampfsystem	23
8. Stützpunktsystem	24
8.1. Landeskader	24
8.2. Landesstützpunkt Braunschweig.....	24
8.3. Zusammenarbeit mit dem Landesleistungszentrum.....	25
8.4. Zusammenarbeit mit anderen Landesstützpunkten	25
9. Zusammenarbeit mit der Stadt Braunschweig	25



9.1.	Alleinstellungsmerkmal in Braunschweig	26
9.2.	Stadt des Sports	26
9.3.	Bundesweite Bekanntheit Braunschweigs	26
9.4.	Wirtschaftsfaktor für die Stadt Braunschweig	26
10.	Flankierende Betreuungsmaßnahmen und Kooperationen	28
10.1.	Kooperationen	28
10.2.	Sportstätten	28
10.3.	Homebase	29
10.4.	Teilzeitinternat	29
11.	Prävention	29
11.1.	Anti-Doping	29
11.2.	Sexualisierte Gewalt	30
12.	Zukunftsvision	30

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird in dem vorliegenden Konzept die männliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Dies impliziert jedoch keine Benachteiligung anderer Geschlechter, sondern soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein.



1. Vorstellung der SSG Braunschweig

Die Schwimm-Startgemeinschaft Braunschweig e. V. (SSG) in ihrer heutigen Form wurde im Jahr 1995 von ihren Stammvereinen gegründet und hat derzeit folgende Vereine vereint:

- BSV Ölper 2000
- Polizei SV Braunschweig
- BTSV Eintracht
- SG Blau-Gold Braunschweig

Der MTV Braunschweig ist zum Jahresende 2023 aus der SSG Braunschweig ausgeschieden, da die Schwimmabteilung über die letzten Jahre sehr klein geworden ist und sich auf den Anfänger- und Breitensport konzentriert.

Zweck der SSG Braunschweig ist es, die sportlich besten Schwimmer zusammenzuführen, um ein angemessenes Trainingsangebot mit leistungsstarken und leistungshomogenen Gruppen zu bilden. Durch die Kooperation der Stammvereine in Form der SSG Braunschweig und die Zentralisierung leistungsbereiter junger Athleten mit der Betreuung durch entsprechend hoch qualifizierter Trainer ist ein kostengünstiger Einsatz der finanziellen Mittel und die besondere sportliche Förderung der Aktiven möglich. Athleten der SSG Braunschweig vertreten Braunschweig bei Landes-, Norddeutschen und Deutschen Meisterschaften. Seit vier Jahren gibt es durchgehend Medaillengewinnern bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften der Jugend. Spitzenleistung ist nur möglich, wenn aus einer möglichst breiten Basis heraus konsequent Talente gesichtet und in Leistungsgemeinschaften gefördert werden. Die SSG Braunschweig hat sich der Förderung des regionalen Schwimmnachwuchses verschrieben und konnte bei vergleichsweise überschaubarem Etat in den letzten vier Jahren je einen Schwimmer aus ihren Reihen in den aktuellen DSV-Kader führen.

2. Aktueller Leistungsstand

Zunächst möchten wir einen Überblick über die leistungssportliche Entwicklung und die Erfolge in den letzten Jahren geben. Daran sieht man, dass die SSG Braunschweig sich auf einem sehr guten Weg befindet und es ihr gelingt, sich von Jahr zu Jahr zu steigern.

2.1. Entwicklung in den letzten Jahren

Um die Jahrtausendwende konnte die SSG Braunschweig einige beeindruckende Erfolge auf Deutschen Meisterschaften bis hin zur Teilnahme an Jugendeuropameisterschaften feiern. Nach einigen Umbrüchen und strukturellen Defiziten fand man sich um das Jahr 2010 in keiner guten Ausgangsposition mehr. Daraufhin wurden verschiedene neue Konzepte umgesetzt und neue Wege beschritten; dies beinhaltete eine verstärkte Kooperation zwischen den Mitgliedern der SSG Braunschweig, nämlich den Stammvereinen, und vor allem die Umsetzung neuer Nachwuchsförderungs- und Trainingskonzepte. Ein bedeutender Schritt wurde im Jahr 2019 gegangen, als die Stammvereine und die SSG Braunschweig eine noch stärkere Kooperation im Trainings- und Wettkampfbereich initiierten und von nun an den gesamten wettkampforientierten Sport gemeinsam organisierten, um noch mehr Synergien zu schaffen und noch bessere Trainingsbedingungen zu schaffen.

Diese Maßnahmen zeigen mit der Zeit ihre Wirkung. So steigt die Zahl der Teilnehmer und der vorderen Platzierungen auf nationalen Meisterschaften seit 2010 ständig, ebenso wie die Anzahl der aktiven Wettkampfschwimmer. Einen starken Einbruch musste die SSG Braunschweig aufgrund der Pandemie und der auferlegten Maßnahmen im Jahr 2020 hinnehmen. So waren die Trainingsstätten über Monate hinweg geschlossen und der Wettkampfbetrieb lag ebenfalls brach.

Aufgrund der erfolgreichen Strukturen konnte die SSG Braunschweig den Verlust an Aktiven im Vergleich zu vielen anderen Vereinen in der Region relativ gut abfangen und wir sind seit dem Jahr 2022 auf einem extrem guten Weg. Bereits nach einem halben Jahr konnten wir in etwa wieder so viele fordere Meisterschaftsplatzierungen wie im gesamten Jahr 2019 erreichen; dabei fällt insbesondere die deutliche Steigerung der Platzierungen bei deutschen Meisterschaften auf. Die Zahl der aktiven Starts auf Wettkämpfen liegt in den Jahren 2022 und 2023 stabil auf einem vergleichbaren Niveau zu 2019. Dies wird in der folgenden Grafik veranschaulicht.

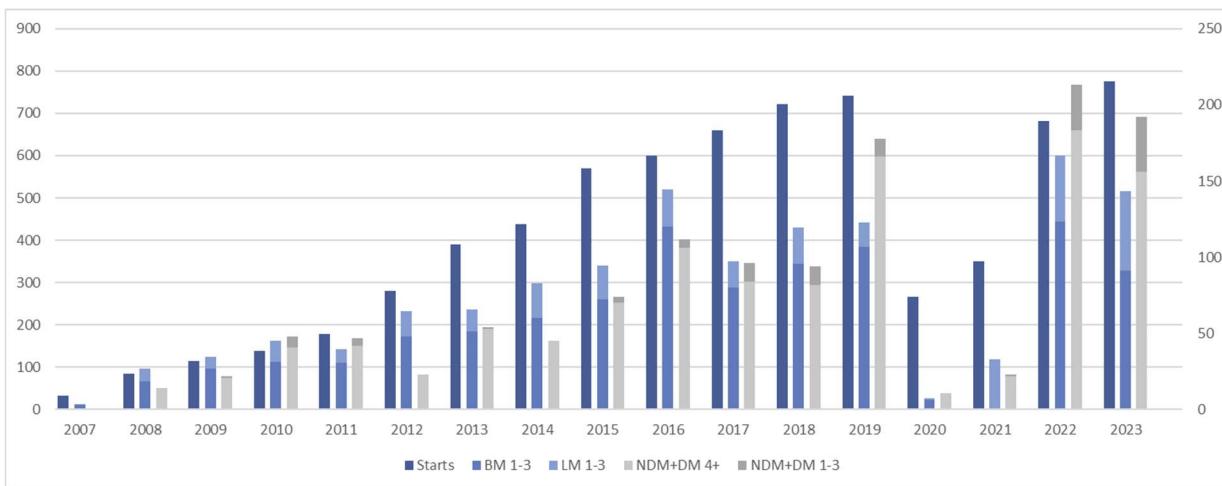


Abbildung 1: Anzahl Wettkampfstarts und Platzierungen auf Meisterschaften der Jugend und offenen Klasse nach Jahren.

Hervorzuheben sind aus diesen Erfolgen insbesondere die Medaillengewinner und Finalteilnehmer bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften. Katharina Wrede gewann zuerst im Jahr 2016 eine Bronzemedaille über 50 m Freistil und konnte sich seitdem in jedem Jahr bis 2019 über die 50 m Freistil sowie einige Male zusätzlich über die 100 m Freistil auf das Treppchen bei allen Deutschen Meisterschaften schwimmen und nahm im Jahr 2019 an den Jugendeuropameisterschaften teil, wo sie bis ins Habfinale schwimmen konnte. Martin Wrede war in den Jahren 2021 und 2022 bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften erfolgreich und konnte eine Silber- bzw. Bronzemedaille über 50 m Freistil sowie den Jahrgangsmeistertitel bei den Deutschen Kurzbahnmeisterschaften 2022 erringen. Er ist im Jahr 2023 an den Stützpunkt nach Hannover zum LSN Top-Team gewechselt, weil er dort noch bessere Trainingsbedingungen vorfindet. Timo Wentland erreichte bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften 2023 diverse Platzierungen unter den ersten drei und konnte sich den Vizetitel in der Mehrkampfwertung sichern. Mit Søren Graul und Clara Lou Küsel schwammen zwei weitere Schwimmer in die Finals bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften.

Ein besonderes Highlight für die SSG Braunschweig war der Aufstieg sowohl der Damen- als auch der Herrenmannschaft am Ende des Jahres 2023 in die 2. Bundesliga. Nachdem wir viele Jahre dort nicht teilnehmen konnten, sicherten sich gleich beide Mannschaften den Aufstieg und möchten sich nun dort etablieren.

Neben der Jugend sind auch die Masters der SSG Braunschweig erfolgreich. Sie sammeln jedes Jahr diverse Titel und Medaillen bei Norddeutschen und Deutschen Meisterschaften bis hin zu Europa- und Weltmeisterschaften. Auf diese Erfolge wollen wir in diesem Leistungssportkonzept nicht näher eingehen, da diese Gruppe hier nicht im Fokus steht (sie sind auch in der o. g. Grafik nicht enthalten). Wichtig sind in diesem Zusammenhang jedoch die Erfolge von Ralf Pfefferkorn, der bei den Weltmeisterschaften der Masters in Gwanju im Jahr 2019 einen zweiten Platz über 200 m Rücken und einen dritten Platz über 400 m Lagen erreichen konnte sowie bei den Weltmeisterschaften der Masters in Montreal einen Titel über 200 m Rücken und einen zweiten Platz über 400 m Lagen erreichen konnte. Ralf Pfefferkorn ist einer der Trainer der Leistungsgruppen der SSG Braunschweig und stellt somit ein ganz besonderen Vorbild für „seine“ Schwimmer dar.

Regelmäßig werden Aktive der SSG Braunschweig in Auswahlmannschaften des Bezirks oder des Landes berufen und nehmen dann an Wettkämpfen wie dem Team Cup, dem Nordländervergleich oder dem 10-Ländervergleich teil.

Den Deutschen Mannschaftswettbewerb Schwimmen der Jugend dominierte die SSG Braunschweig auf der Bezirksebene. Fast alle Mannschaften konnten dort vordere Platzierungen erreichen und ein großer Teil der Mannschaften qualifizierte sich für den Landesdurchgang, wo ebenfalls vordere Platzierungen erreicht werden konnten. Eine Qualifikation für den Bundesdurchgang steht noch auf der Liste der Ziele für die kommenden Jahre. Im Jahr 2023 scheiterte die Mannschaft der Jahrgänge 2011 und 2012 denkbar knapp mit 7 Sekunden Rückstand an der Qualifikation.

2.2. Entwicklung in der Pandemiephase 2020 bis 2022

Wie für alle Sportvereine wurde die SSG Braunschweig durch die Pandemie und die auferlegten Maßnahmen ab März 2020 hart getroffen. Von einem auf den anderen Tag stand der komplette Trainings- und Wettkampfbetrieb still. Für Schwimmer ist das Training im Wasser essentiell und ein Ausweichen auf einsame Wiesen oder Wälder ist nicht möglich.



Daher konnten wir für mehrere Monate überhaupt kein Schwimmtraining anbieten. Um das Leistungsniveau der Aktiven so gut es ging aufrechtzuerhalten und den Aktiven Halt in dieser außergewöhnlichen Zeit zu geben, haben der Vorstand und die Trainer ganz neue Wege beschritten und sich neue Initiativen überlegt. Es wurden Athletik- und Krafteinheiten per Zoom angeboten, die Aktiven erhielten Trainingspläne, die sie selbst alleine durchführten und die Ergebnisse ihren Trainern zurückmeldeten. Highlight in dieser Zeit waren die „SSG-Challenges“, bei denen alle Aktiven in unterschiedlichen Disziplinen zuhause in Fernwertungen gegeneinander antraten und sich so gegenseitig anspornten und messen konnten.

All dies hat dazu geführt, dass die SSG Braunschweig im Sommer 2020 mit nahezu allen Aktiven wieder in das Training und die Wettkämpfe einsteigen konnte. Während andere Schwimmvereine mit Abgängen von 30% und mehr zu kämpfen hatten, hatte die SSG Braunschweig nahezu keine Abgänge zu verzeichnen und das Leistungsniveau auf den Wettkämpfen war vergleichsweise gut.

Die Durchführung von Wettkämpfen mit der Erstellung und Umsetzung von komplexen Hygienekonzepten war in dieser Zeit besonders herausfordernd, so dass nicht viele Wettkämpfe angeboten wurden. Die SSG Braunschweig hat sich dieser schwierigen Aufgabe angenommen und bereits im August 2020 ein komplett neues Wettkampfprogramm, das den geänderten Anforderungen Rechnung trägt, im Raffteichbad an den Start gebracht: die Braunschweiger SummerChallenge, die sofort überregionale Beachtung gefunden hat. Im Oktober folgten noch ein Mehrkampf und das Herbstmeeting, ebenfalls ein komplett neues Wettkampfformat. Die erstellten Hygienekonzepte waren wegweisend und bildeten die Grundlage für viele weitere Wettkämpfe und Meisterschaften in den folgenden Jahren im norddeutschen und sogar deutschen Raum. Ebenfalls für die traditionelle Weihnachtsgala im Dezember 2020 passte die SSG Braunschweig ihr Wettkampfprogramm an die Situation an. Leider konnten wir die Veranstaltung dann nicht durchführen, da der Trainings- und Wettkampfbetrieb zum zweiten Mal brach lag.

Noch schneller als beim ersten Mal wechselte die SSG Braunschweig sofort in den Online-Modus. Nach einer kurzen Übergangszeit durften ab Januar 2021 die Kaderschwimmer des Landesstützpunktes Braunschweig dann wieder im Wasser trainieren. Aufgrund einer Ausnahmeregelung in der Landesverordnung und des Entgegenkommens der Stadtbau GmbH war das Training der Kaderaktivten in der Wasserwelt Braunschweig möglich.

In dieser Zeit konnte die SSG Braunschweig sogar einen Wettkampf nur für die Kaderschwimmer des Landesstützpunktes in der Wasserwelt und einen Wettkampf für alle Kaderschwimmer des Landesschwimmverbandes Niedersachsen im Sportbad Heidberg durchführen.

Auch aus diesem zweiten Lockdown kamen die SSG Braunschweig und ihre Aktiven relativ gut heraus und zeigten im zweiten Halbjahr 2021 sehr gute Wettkampfergebnisse.

Neben den schon erwähnten Kaderwettkämpfen führte die SSG Braunschweig noch einige weitere Wettkämpfe durch: die SummerChallenge, das Herbstmeeting und die Weihnachtsgala. Weiterhin bat uns der Deutsche Schwimmverband aufgrund unserer Erfahrungen intensiv, die deutschen Meisterschaften der Masters auszurichten. Wir kamen dieser Bitte nach und stellten eine erfolgreiche Meisterschaft im Raffteichbad auf die Beine. Die Weihnachtsgala 2021 war die zweitgrößte Schwimmveranstaltung in Deutschland in diesem Jahr.

2.3. Die größten Erfolge im Jahr 2023

Medaillengewinner und Finalteilnehmer bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften sowie den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften 2023 sind:

- Timo Wentland: 2. Platz Gesamtwertung, 1. Platz 50m Rückenbeine, 1. Platz 25m Delphinbeine,
2. Platz 200m Rücken, 2. Platz 200m Lagen
- Søren Graul 4. Platz 50m Brust
- Clara Lou Küsel 5. Platz 100m Rücken

Medaillengewinner bei den Norddeutschen Meisterschaften 2023 sind

- Bent Lorenz Goldbeck
- Søren Graul
- Amelie Gutwinski



- Clara Lou Küsel
- Tabea Schoemaker
- Oskar Rudek
- Anton Peppel
- Nico Tscherner

Teilnehmer an den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften 2023 sind

- Amelie Gutwinski
- Bent Lorenz Goldbeck
- Louis Gerlach
- Søren Graul
- Anton Peppel
- Tabea Schoemaker
- Vanessa Peca
- Lina Olivia Kilper
- Oskar Rudek
- Clara Lou Küsel

Teilnehmer an den Deutschen Freiwassermeisterschaften 2023 sind

- Levi Heuer
- Martha Jakobi
- Katharina Scholz
- Frederik Schöne
- Kiril Karpenko
- Maya Grewe
- Lilly Grewe
- Paul Grewe
- Mira Buddensiek
- Laura Welzel
- Anton Peppel
- Oskar Rudek
- Maja Junia Döppner
- Clara Lou Küsel
- Nina Schulze-Sutthoff

Teilnehmer an den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften der jüngsten Aktiven sind

- Timo Wentland
- Lukas Winter
- Friedrich Dammeyer

Teilnehmer an den Deutschen Kurzbahnmeisterschaften sind

- Louis Gerlach
- Søren Graul
- Kevin Sommer
- Amelie Gutwinski
- Oskar Rudek
- Anton Peppel
- Nico Tscherner

Die Teilnehmer der SSG Braunschweig in den Auswahlmannschaften des LSN beim Nordländervergleich sowie beim 10-Länder-Vergleich sind:



- Bent Lorenz Goldbeck
- Amelie Gutwinski
- Clara Lou Küsel
- Lukas Winter

Nachdem wir im Jahr 2022 bereits eine Rekordzahl von Teilnehmer der SSG Braunschweig bei den nationalen Meisterschaften vermelden konnten, konnten wir diese Zahl im Jahr 2023 nochmals steigern.

Dabei konnten sie insgesamt 36 Medaillen bei den norddeutschen und deutschen Meisterschaften und 188 Medaillen bei den verschiedenen Landesmeisterschaften, darunter ein dritter Platz über 4x50m Freistil in der offenen Klasse, sammeln, beides deutliche Steigerungen gegenüber dem Vorjahr.

2.4. Die größten Erfolge im Jahr 2022

Medaillengewinner bei den Norddeutschen Meisterschaften 2022 sind

- Louis Gerlach
- Bent Lorenz Goldbeck
- Søren Graul
- Amelie Gutwinski

Teilnehmer an den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften 2022 sind

- Amelie Gutwinski
- Bent Lorenz Goldbeck
- Keno Wernstedt
- Louis Gerlach
- Martin Wrede
- Søren Graul
- Tabea Schoemaker

Teilnehmer an den Deutschen Freiwassermeisterschaften 2022 sind:

- Malte Ahrens
- Mira Buddensiek
- Lea Fellner
- Malou Fellner
- Lilly Grewe
- Maya Grewe
- Paul Grewe
- Levi Heuer
- Martha Jakobi
- Anton Peppel
- Katharina Scholz
- Frederik Schöne
- Nina Schulze-Sutthoff
- Berit Wiegle

Teilnehmer an den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften der jüngsten Aktiven sind

- Maja Junia Döppner
- Yannik Jung
- Clara Lou Küsel
- Timo Wentland

Teilnehmer an den Deutschen Kurzbahnmeisterschaften sind

- Louis Gerlach
 - Søren Graul
 - Kevin Sommer
 - Martin Wrede
 - Nils Wrede

Die Teilnehmer der SSG Braunschweig in den Auswahlmannschaften des LSN beim Nordländervergleich sowie beim 10-Länder-Vergleich sind:

- Louis Gerlach
 - Amelie Gutwinski
 - Jalina Chiara Döppner
 - Thore Poppenhäger
 - Timo Wentland

3. Ziele der SSG Braunschweig

Als Basis für ihre Arbeit hat die SSG Braunschweig sich Vereinsziele gesetzt, aus denen alle Handlungen abzuleiten sind.



Abbildung 2: Ziele der SSG Braunschweig, Darstellung des Arbeitsstands vom Strategieworkshop

3.1. Vereinsziele

Die SSG Braunschweig will ...

- eine Struktur schaffen, die Leistungssport ermöglicht und gleichzeitig die Breite im Wettkampfsport fördert;
 - Freude am Leistungssport vermitteln, Gemeinschaftsgefühl und Freundschaften sowie das Selbstwertgefühl der Kinder stärken;
 - auf jedem Leistungsniveau optimale Voraussetzungen für die Schwimmer schaffen, so dass sich jeder bestmöglich entwickeln kann.

Aus diesen Vereinszielen leiten sich die folgenden leistungsorientierten und wettkampforientierten Ziele ab:



3.2. Leistungsorientierte Ziele

Zur Förderung und Entwicklung des Leistungssports hat die SSG Braunschweig sich die folgenden übergeordneten leistungsorientierten Ziele gegeben und wie folgt gegliedert. An diesen Zielen soll das Handeln der SSG Braunschweig für die kommenden fünf bis zehn Jahre ausgerichtet sein.

- Leistungs- und mannschaftsorientierte Ziele
 - DMS 2. Bundesliga bei den Damen und Herren etablieren
 - DMSJ Landessieger und Qualifikation für das Bundesfinale
- Leistungsorientierte individuelle Ziele:
 - DJM (inkl. DM SMK) Teilnehmer / Finalteilnahmen / Medaillengewinner
 - NDJM Teilnehmer / Finalteilnahmen / Medaillengewinner
 - LJM/LM Top3 Vereine
 - NK2 ausbilden / Schwimmern den Weg zur JEM ermöglichen
- Leitung, Etablierung und Ausbau des Landesstützpunktes Braunschweig des LSN
- Die leistungsorientierten Ziele umfassen auf dem Weg in die Spurze:
 - Ausbildung gemäß dem langfristigen Leistungsaufbau
 - Wettkampforientierte Schwimmausbildung und Sichtungen in den Stammvereinen
 - Nachwuchsförderung und -ausbildung in der Breite mit dem Ziel der Teilnahme am KMK und SMK
 - Spezifische Förderung mit dem Ziel der Teilnahme an dem norddt. und deutschen SMK

3.3. Wettkampforientierte Ziele

Die leistungsorientierten Ziele umfassen neben der Förderung der Spurze die Förderung weiterer Personengruppen:

- Die Leistungspyramide wird nach oben immer schmäler, wir wollen gleichzeitig auch Alternativen für diejenigen bieten, die aus dieser Pyramide herausfallen:
 - Schwimmer mit NDJM Teilnahme
 - Schwimmer mit LJM Teilnahme
- Die Leistungspyramide ist ausgerichtet auf internationale Meisterschaften der offenen Klasse. Wir wollen Möglichkeiten in dem Übergang aus dem Jugend- in den Erwachsenensport zu der klassischen Leistungspyramide bieten:
 - mit dem Ziel, DMS Mannschaften und Staffeln in der offenen Klasse erfolgreich und konkurrenzfähig besetzen,
 - Schwimmern die Teilnahme an LM und DM der offenen Klasse zu ermöglichen und
 - dabei bspw. schulische oder berufliche Einschränkungen angemessen berücksichtigen.
- Wettkampfsport neben dem klassischen Leistungssport:
 - LJM/BJM Teilnahme und Freizeitwettkämpfe für Schwimmer, die keinen Leistungssport machen wollen oder können

3.4. Kurzfristige Leistungs- und Entwicklungsziele

Die leistungs- und wettkampforientierten übergeordneten Ziele müssen nun konkret in tägliche Maßnahmen und Entscheidungen umgesetzt werden. Als ersten Schritt hat die SSG Braunschweig diverse Aspekte identifiziert, die bei der Erfüllung der Zielsetzungen eine Rolle spielen. Dazu gehören:

- Anzahl der Gruppen
- Anzahl der LSN Kader
- Anzahl der Meisterschaftsschwimmer
- Anzahl der Schwimmer je Gruppe
- Anzahl der Trainingseinheiten
- Anzahl der Wettkampfschwimmer
- finanzielle Rahmenbedingungen



- Homebase
- Kommunikation
- Kooperationen
- personelle Rahmenbedingungen
- Rahmen der Aktiven
- Schul-/Kindergartenkooperationen
- Stützpunktvertrag (Zusammenarbeit mit dem LSN)
- Trainingsmethodik
- Trockentrainingsfläche
- Vorgabe/Ziele der Stammvereine
- Wasserfläche

Unter der Berücksichtigung der verschiedenen Einflussfaktoren hat die SSG Braunschweig sich die folgenden konkreten Ziele für die kommende Saison und folgenden Jahre gegeben:

- Teilnahme von mindestens 3 Schwimmern an den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften pro Jahr und von mindestens 6 Schwimmern an den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften pro Jahr und jährliche Finalteilnahmen bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften/Deutschen Mehrkampfmeisterschaften, idealerweise ein Medaillengewinner
- Ausbildung und Betreuung von mindestens 12 LSN Kaderschwimmern am Stützpunkt Braunschweig je Saison
- Mindestens 3 Medaillen bei den Norddeutschen Meisterschaften pro Jahr
- Etablierung in der 2. DMS-Bundesliga
- Qualifikation für das Bundesfinale DMSJ
- Stärkster Verein aus dem Bezirk Braunschweig auf allen LSN-Veranstaltungen und drittstärkster Verein aus Niedersachsen
- Drittstärkster Stützpunkt in Niedersachsen
- Ausbildung von mindestens drei neuen Trainern pro Jahr
- Ausrichtung von zwei Einladungswettkämpfen und mindestens einer Meisterschaft pro Jahr
- Ausrichtung des Training nach dem 75%-Szenario der DSV-Nachwuchskonzeption Schwimmen 2020
- Optimaler Einsatz der finanziellen Mittel, d. h. Auslastung der Bahnen mit mindestens sechs Schwimmern im Leistungsbereich und mindestens acht Schwimmern in den übrigen Bereichen
- Erhalten und Ausbau von Kooperationen mit Partnern zur Unterstützung des Trainings
- Ausbau der Schulkooperationen

In den folgenden Kapiteln wird beschrieben, wie diese Ziele erreicht werden sollen.

3.5. Leitlinie und Grundsätze im Leistungssport

Grundlage für die leistungssportlichen Entscheidungen der SSG Braunschweig ist die Nachwuchskonzeption Schwimmen des DSV. Dort wird detailliert beschrieben, nach welchen Methoden das Training durchzuführen ist. Genauer gehen wir im Abschnitt Training darauf ein.

Die Anforderungen aus diesem Konzept sind sehr komplex und stehen im Konflikt mit einigen anderen der identifizierten Faktoren, die die leistungssportliche Zielsetzung beeinflussen. Beispielsweise gibt die Verfügbarkeit der Bahnen für das Training eine obere Grenze für die Anzahl der Trainingseinheiten vor oder alle Entscheidungen stehen unter dem Vorbehalt der Finanzierung.



4. Organisations- und Führungsstruktur

Die Organisationsstruktur der SSG Braunschweig bildet den Rahmen für die Umsetzung der leistungssportlichen Ziele. Eine effektive Verteilung der Aufgaben soll die bestmögliche Umsetzung des Leistungssports mit allen damit verbundenen Aufgaben und Anforderungen sicherstellen.

4.1. Organisation

Die SSG Braunschweig ist eine Startgemeinschaft ihrer vier Stammvereine BSV Ölper 2000, Eintracht Braunschweig, Polizei SV Braunschweig und SG Blau Gold. Die Aktiven sind Mitglied in einem dieser Stammvereine. Die SSG Braunschweig organisiert den gesamten Wettkampfbetrieb und das Training im wettkampforientierten Sport mit den Stammvereinen zusammen.

Das höchste Organ der SSG Braunschweig ist die Mitgliederversammlung. Diese wählt den geschäftsführenden Vorstand sowie den erweiterten Vorstand, die die SSG Braunschweig durch das Tagesgeschäft führen.

4.2. Führungsstruktur

Der geschäftsführende Vorstand fokussiert sich auf die Themen Finanzierung des Vereins, Personalverantwortung, Zusammenarbeit der Stammvereine, repräsentative Vertretung des Vereins nach außen und besteht aus

- dem Vorsitzenden
- dem stellvertretenden Vorsitzenden
- dem Schwimmwart
- dem Kassenwart

Der erweiterte Vorstand gliedert sich in zahlreiche Ressorts und unterstützt den geschäftsführenden Vorstand themenbezogen. Zur besseren Organisation ist der erweiterte Vorstand in diverse Ausschüsse gegliedert, diese sind

- Bereich Geschäftsführung
 - Ausschuss Geschäftsführung
 - Ausschuss Öffentlichkeitsarbeit
 - Ausschuss Sponsoring und Förderung
- Bereich Sport
 - Ausschuss Nachwuchssport
 - Ausschuss Wettkampfsport
 - Ausschuss Leistungssport
- Bereich Organisation
 - Ausschuss Daten
 - Ausschuss Eigene Wettkämpfe
 - Ausschuss Auswärtige Wettkämpfe
 - Ausschuss Sonstige Veranstaltungen

4.3. Ehrenamtliches Engagement

Die SSG Braunschweig wird komplett ehrenamtlich geleitet. Insgesamt engagieren sich ca. 20 Personen im Vorstand und Ausschüssen und weitere viele Helfer punktuell auf den eigenen Veranstaltungen. Das Engagement der Eltern ist gerade bei den eigenen Veranstaltungen sehr hoch. Bei auswärtig besuchten Wettkämpfen sind ca. 20 Eltern als Kampfrichter pro Wochenende aktiv, bei den selbst ausgerichteten Wettkämpfen mehr als doppelt so viele Personen. Es werden regelmäßige Elternabende durchgeführt, wo neue Eltern dazu ermuntert werden, sich für den Verein zu engagieren. Regelmäßige SSG-Versammlungen dienen zur weiteren Aufklärung und Bildung von Gemeinschaft. Daneben engagieren sich ca. 10 Trainer im Nachwuchs- und Leistungsbereich.



Folgende Themen werden neben dem eigentlichen Training und Leistungssport im ehrenamtlichen Engagement abgebildet:

- Geschäftsführung
- Sportmanagement
- Öffentlichkeitsarbeit, soziale Medien, Homepagepflege
- Förderung und Sponsoring
- Mitgliederverwaltung
- Sportlerverwaltung
- Veranstaltungsmanagement bei eigenen und auswärtigen Wettkämpfen
- Koordinierung Kampfrichtereinsätze auf allen Wettkämpfen
- Ausbildungsverwaltung von Trainern und Kampfrichtern

5. Leistungssportpersonal

Ein ganz entscheidender Faktor im Leistungssport ist das Personal, also die Trainer, die die Ziele der SSG Braunschweig mit den Schwimmern umsetzen und erreichen sollen.

5.1. Personalstruktur Trainer

Neben ca. zehn ehrenamtlich organisierten Trainern im Nachwuchs- und Leistungsbereich wurden in 2022 zwei hauptamtliche Trainer in Teilzeit eingestellt. Unser hauptamtlicher Trainer in der Spitzengruppe fungiert gleichzeitig als Stützpunkttrainer für unseren Landesstützpunkt Braunschweig. Unsere zweite hauptamtliche Trainerin arbeitet im Nachwuchsbereich L2 und L3. Diese beiden Trainer können einen signifikanten Teil Ihrer Zeit für das Training sowie die Vorbereitung einsetzen und somit eine besondere Qualität sicherstellen. Die ehrenamtlichen Trainer geben ihr Training neben ihrer Arbeit oder ihrem Studium. Viele von ihnen sind aktive Schwimmer bzw. ehemalige Leistungsschwimmer und haben daher ganz besonders wertvolles Wissen für die SSG Braunschweig und die Aktiven.

5.2. Maßnahmen zur Absicherung von aktuellem Fachwissen

Als SSG Braunschweig erfüllen wir unseren Bildungsauftrag dadurch, dass wir unsere Trainer und ehrenamtlichen Vereinsmitglieder stets ermutigen, Lernanlässe zu erkennen und sich durch Wissenszuwachs weiterzuentwickeln in dem guten Gefühl, für die Gemeinschaft wichtig zu sein.

Eine erfolgreiche Nachwuchsförderung steht und fällt mit qualifizierten und engagierten Trainern auf allen Ebenen von der Schwimmausbildung bis hin zum Spitzensport. Um Kinder und Jugendliche an den Leistungssport heranzuführen ist ein fundiertes und umfassendes Wissen unumgänglich, damit vielseitig ausgebildete Sportler in der SSG Braunschweig ausgebildet werden können. Die meisten Trainer in unserem Verein sind nebenberuflich beschäftigt und haben häufig keine sportwissenschaftliche Ausbildung durchlaufen. Aus diesem Grund legen wir großen Wert auf die Teilnahme am Aus- und Fortbildungsangebot des Landesschwimmverbandes Niedersachsen (LSN). Der LSN bietet Qualifikationsmöglichkeiten für Einsteiger und Fortgeschrittene, die sich sowohl auf die Anforderungen im Trainings- und Übungsbetrieb als auch auf Tätigkeiten und Reglements vorbereiten, die im Zusammenhang mit der Organisation und der Durchführung von Wettkämpfen und Meisterschaften stehen. Darüber hinaus ermutigen wir unsere Trainer und ehrenamtlichen Mitglieder, fachverwandte Bildungsangebote und Weiterbildungsangebote des Deutschen Schwimmverbandes wahrzunehmen.

Alle Trainer der SSG orientieren sich zudem eigenständig immer an den neuesten Trends des Schwimmsports, sodass das Training immer weiter optimiert wird. Dies erfolgt neben dem Besuch von Fortbildungen durch Anschaffung und Lektüre von Fachbüchern oder das Recherchieren von Inhalten zum Training in beispielweise der Online-Bibliothek des IAT.



Bei der Wahl der Fortbildungen besuchen die Trainer stets hochkarätige Weiterbildungen. So nahmen sie innerhalb der Corona Pandemie an Onlineseminaren von Mark Jayasundara (Trainer u. a. von Lucas Matzerath) und Dirk Lange (Trainer u. a. von Marco Koch) teil, welche beide zu der Trainerelite Deutschlands gehören.

Auch bereits für die kommende Saison stehen hochklassige Fortbildungen an. So besucht bereits im September 2022 unser Stützpunkttrainer die Trainerakademie in Köln, wo er unter anderem an der Vortragsreihe „Leistungsreserve Kraft“ und anschließend an der Landesleistungsdiagnostik des Bundesland Nordrhein-Westfalen teilnimmt. Hierbei traf er auf NK2-Kadersportler und Bundesstützpunkttrainer und hat durch Austausch und Erfahrungen möglichst viele Erfahrungen für die SSG Braunschweig gesammelt.

5.3. Qualifikation

Um eine Gruppenleitung bei der SSG Braunschweig übernehmen zu können, müssen die Personen Erfahrungen im Schwimmsport besitzen, ideal Erfahrung als ehemalige Leistungsschwimmer, mindestens eine Ausbildung mit Trainer C-Lizenz besitzen und Erfahrungen als Co-Trainer am Beckenrand gesammelt haben, wo es nicht nur um sportfachliche Bildung geht, sondern wo auch pädagogische Erfahrungen gesammelt werden.

Darüber hinaus steigern sich die Anforderungen mit der Intensität des Trainingsanspruches.

Um den stetigen Nachwuchs an Trainern sicherzustellen, werden verstärkt Nachwuchstrainer aus den eigenen Reihen (ehemalige Leistungsschwimmer) rekrutiert und gezielt ausgebildet. Diese Ausbildung erfolgt zweigleisig: am Beckenrand werden praktische Erfahrungen durch die Anleitung von erfahrenen Trainern gesammelt und durch interne Schulungen sowie Trainerausbildungen des LSN werden theoretische Kenntnisse vermittelt. Diese Ausbildungsstufen starten mit dem Trainerassistenten. Daran schließt sich die C-Lizenz an und unsere besonders engagierten Trainer fördern wir in den Bestrebungen, eine B-Lizenz zu erlangen. Die höchste mögliche Ausbildungsstufe ist die A-Lizenz. Diese Ausbildungsstufe erlangen nur wenige Trainer in Deutschland und die SSG Braunschweig strebt an, stets einen A-Trainer in ihren Reihen zu haben.

6. Trainingssystem

In der SSG Braunschweig betreiben die Stammvereine gemeinsam ihren Wettkampfsport. Dies bündelt die Ressourcen und ermöglicht leistungsstarke Gruppen. Die vorhergehende Schwimmausbildung erfolgt in den Stammvereinen. Das Trainingssystem orientiert sich an den sportlichen Zielen der SSG Braunschweig und den Empfehlungen der Spitzerverbände. Zur Umsetzung des Trainingssystem hat sich die SSG Braunschweig ein Gruppensystem gegeben.

Nach der Ausbildung in der Basisgruppe bieten sich den Schwimmern zwei verschiedene Leistungsstränge: Den Leistungssport und den Wettkampfsport. Der Strang Leistungssport zielt auf eine bestmögliche Ausbildung der Schwimmer ab; der Sport steht bei diesen ganz klar im Vordergrund. Der Strang Wettkampfsport fordert geringere Trainingsumfänge von den Schwimmern ab und bietet Möglichkeiten für Schwimmer, die den Umfang des Leistungsstranges aus verschiedenen Gründen nicht leisten können. Bei entsprechender Leistung besteht die Möglichkeit, zwischen den Bereichen zu wechseln.

6.1. Langfristiger Trainingsaufbau im Leistungssport

Die leistungsorientierten Ziele können wie folgt in den langfristigen Trainingsaufbau (LTA) eingeordnet werden. Der Langfristige Trainingsaufbau stellt dar, welche Trainingsziele man schon im Kindesalter und dann folgend als Jugendlicher erstreben muss, um bestvorbereitet als junger Erwachsener in die deutsche Spitze bzw. Weltspitze vorzustoßen. Daraus ergibt sich eine Einteilung der verschiedenen Entwicklungsstufen von der Grundausbildung über das Grundlagentraining und das Aufbaultraining bis zum Anschlusstraining und schließlich Hochleistungstraining. Diese kann dem folgenden Diagramm entnommen werden. Dieser Aufbau wird auch als Leistungssportpyramide bezeichnet, da die Anzahl der Schwimmer in jeder Ebene typischerweise abnehmend ist: Man muss mit einer ganz breiten Basis in der Grundausbildung starten, um so viele Schwimmer wie möglich zu sichten. In das Grundlagentraining wechseln dann schon nicht mehr alle, was sich fortsetzt, bis nur ganz wenige Schwimmer im Hochleistungstraining ankommen, da Schwimmer,



die das geforderte Niveau in Training und Wettkampf nicht erreichen können oder wollen, nicht auf die nächste Stufe wechseln können.

LTA	Grundausbildung (GAB)	Grundlagentraining (GLT)		Aufbautraining (ABT)	Anschlusstraining (AST)	Hochleistungs-training (HLT)
Alter	5-6 Jahre	6/7-10 Jahre		10/11-13/14 Jahre	13/14-15/16 Jahre	ab 15/16 Jahre
Klasse	Familie/Kinder-garten	1.-4.		5.-7./8.	8./9.-10./11.	ab 10./11.
SSG	Stammvereine	B1, B2	L3	L2	SpG	keine Gruppe
LSN		Talentnest	Kader-gruppe	Kadergruppe	Kadergruppe	LLZ + Internat

Abbildung 3: Zielstellung - Förderung des Leistungs- und Nachwuchsleistungssports im DSV, LSN und der SSG Braunschweig

6.2. Wettkampfsport

Aus den wettkampforientierten Zielen ergibt sich, dass die SSG Braunschweig nicht nur die Leistungssportpyramide bedienen will, sondern auf jeder Stufe Alternativen bieten will. Diese Alternativen umfassen zum einen den Entwicklungsstrang für solche Schwimmer, die noch nie oder schon länger nicht mehr länger im Leistungssport unterwegs sind und zum anderen Entwicklungsmöglichkeiten für „Aussteiger“ aus der Leistungssportpyramide. Diesen Schwimmern soll ein Übergang in den Wettkampfsport ermöglicht werden und insb. soll ihnen ein Übergang vom Jugend- in den Erwachsenensport geboten werden. Daraus ergibt sich neben den o.g. Gruppen im Leistungssport quasi überall eine parallele Gruppe im Wettkampfsport oder im Übergang, wobei tendentiell weniger gesplittet wird.

Für den Übergang zwischen Leistungs- und Wettkampfbereich werden klare Anforderungen aufgestellt, die im Detail bei den jeweiligen Gruppen nachgelesen werden können.

6.3. Langfristiger Trainingsaufbau im Leistungssport

Die Grundlage des Trainingssystem der SSG Braunschweig bildet die Nachwuchskonzeption Schwimmen 2020 des DSV, welche durch Klaus Rudolph, seine Kollegen, den Landestrainern, den Bundestrainern und dem Fachausschuss Schwimmen erarbeitet wurde. Dabei werden die Ausbildungsetappen Grundlagentraining, Aufbautraining, Anschlusstraining und Hochleistungstraining beschrieben.

Innerhalb der SSG wird das Grundlagentraining (GLT) von den Basisgruppen 1 und 2 abgedeckt. Vor diesen Gruppen findet die Grundausbildung, welche durch die Stammvereine geleistet wird, statt. Die Grundausbildung wird bereits im Vorschulalter absolviert. Im Alter von 8 bis 9 Jahren sowie von 9 bis 10 Jahren findet dann eine umfassende Ausbildung der Kinder in den Basisgruppen 1 und 2 der SSG Braunschweig statt. Besonders leistungsstarke Kinder werden bereits in diesem Alter durch zusätzliches Training im Talentnest gefördert.

Beim Trainingspensum orientieren wir uns an den Vorgaben des DSV. Hierbei streben wir an, mindestens das Minimum, welches der DSV für Leistungssport in seinem Nachwuchskonzept vorgibt, in den Gruppen widerzuspiegeln.

LTA	Alter	Training/Woche (h)	Wasser/Woche (h)	Land/Woche (h)	Wasser: Land (%)	km/Wo (TE)	km/Jahr (ca.)	Tr.Wo/ Jahr
GLT	7/8	5,5	4	1,5	73:27	4,0 (1,0)	170	42
	9/10	9	6	3	67:22	9,0 (1,5)	400	44
ABT	11/12	13	9	4	70:30	19,0 (2,1)	875	46
	13/14	17	12	5	71:29	30,0 (2,5)	1410	47
AST	15/16	20	15	5	75:25	40,0 (2,7)	1920	48

Tabelle 1: Vorgaben Trainingsumfang Nachwuchskonzeption DSV minimale Variante (75%) Quelle: Rudolph et al., 2015, S.13

Insgesamt schaffen wir in den Etappen GLT und ABT die Grundlage für Leistungssport mit dem Ziel, den langfristigen Leistungsaufbau zu gewährleisten, sodass unsere Sportler ohne große Belastungserscheinung im Jugendalter ihr volles



Leistungspotenzial entfalten können. Die genannten Dinge zu den Ausbildungsstufen sind nur ein geringer Anteil der Vielschichtigkeit des Trainings. So gehört auch das Erlernen von koordinativen Fähigkeiten, Schnelligkeitstraining, die Vermittlung des Leistungssportgedanken, Beginn der Ernährungslehre und viele weitere Facetten dazu. Für mehr Tiefe möchten wir an dieser Stelle auf die genannte Konzeption verweisen.

Nach dem Erlangen der Schwimmfähigkeit werden im GLT die vier Schwimmarten erlernt und gefestigt. In dieser Etappe, welche ein Leistungsschwimmer innerhalb seiner Karriere durchläuft, finden die Talentsichtungen statt und im Training des Talentnests werden diese Athleten gefördert. So werden die Sportler hier bereits an den Landesvielseitigkeitstest (LVT), welcher zu Saisonbeginn zentral vom LSN durchgeführt wird, herangeführt. Dieser Test dient zur Überprüfung und Bewertung der ganzheitlichen Entwicklung der Schwimmer. Dazu wird die Technik der Schwimmer von den Landestrainern beurteilt, die körperlichen Gegebenheiten erfasst und vielerlei anderer Fertigkeiten und Fähigkeiten ermittelt. Dieser Test wird zu Saisonende bereits in Braunschweig für die jüngeren Sportler durchgeführt, sodass sie gut für die nächsten Hürden im Leistungssport vorbereitet sind und die SSG Braunschweig wertvolle Erkenntnisse für ihre Ausbildung und die Talentförderung erhalten kann.

Im Bereich Leistungssport bietet die SSG Braunschweig zunächst die Leistungsgruppe 3 für Kinder im Alter von 10 bis 11 Jahren. Daran schließt sich die Leistungsgruppe 2 im Alter von 12 bis 13 Jahren. Schwimmer ab einem Alter von ca. 14 Jahren können in der Leistungsgruppe 1 sowie der Spitzengruppe trainieren. Die Altersangaben sind hierbei als Richtschnur zu verstehen; der individuelle Leistungsstand der Aktiven steht bei der Zuordnung zu einer Gruppe durch das Trainerteam im Vordergrund.

Nach dem Grundlagentraining erfolgt das Aufbautraining, welches durch die Leistungsgruppen 2 und 3 dargestellt wird. Beim Sprung von der Basisgruppe 1 in die Leistungsgruppe 3 findet schon die erste Selektierung statt. Die Kinder, die besonders für den Leistungssport geeignet sind, wechseln in die Leistungsgruppe während weniger talentierte Kinder oder Athleten, welche weniger Trainingsstunden leisten können, in die Wettkampfgruppe 2 wechseln. Diese Gruppe bietet einerseits die Möglichkeit, Spätentwicklern eine Chance auf den Leistungssport zu geben, und andererseits ist sie eine Gelegenheit, weiterhin Freude am Schwimmsport zu vermitteln und an Wettkämpfen teilzunehmen.

In den Leistungsgruppen 2 und 3 im Aufbautraining (ABT) steigt das Trainingspensum stufenweise, auf den Technikgrundlagen wird aufgebaut und die Feinform der Technik wird angestrebt. Neben dem steigendem Trainingspensum beginnen wir mit der Einführung an das Krafttraining, welches in Kooperation mit dem V.f.V. Braunschweig stattfindet. Bei den Inhalten des Krafttrainings nutzen wir das Know-How der lizenzierten Krafttrainer des Vereins. Zudem orientieren wir uns hier bei den Inhalten an dem Rahmentrainingsplan zum Krafttraining im Beckenschwimmen des DSV.

Die Spitze der SSG bildet die Spitzengruppe und die Leistungsgruppe 1. Beide Gruppen bieten Anschlusstraining (AST) an. In der Leistungsgruppe 1 wird den Sportler ermöglicht, Leistungssport zu machen

In der Spitzengruppe sammeln sich nach den absolvierten Etappen die Elitesportler der SSG. Hier wird Leistungssport in Gänze gelebt. Mit Frühtraining, Krafttraining, Training am Wochenende und Trainingslagern wird hier das Maximum aus den Athleten herausgeholt. Mit über 12 Stunden Wasserzeit pro Woche ist schon das Wassertraining sehr umfangreich. Zudem wird hier die Feinstform der Technik angestrebt. Außerdem stehen eine Vielzahl an Leistungstests innerhalb der Saison an, sodass Fortschritte dokumentiert werden können, vorhandenes Leistungspotenzial erkannt wird und das Training gesteuert werden kann. Zur Optimierung des Trainings wurde eine Kooperation mit dem Nachwuchsleistungszentrum von Eintracht Braunschweig aufgebaut. Hierdurch könnten wir Laktatleistungsdiagnostik betreiben und unser Training von wissenschaftlicher Seite unterstützen.

Mit steigender Ausbildungsetappe ändern sich auch die Anforderungen an die Trainingsplanung. So beginnt es im GLT mit der Festlegung von Technikschwerpunkten und endet im AST mit der Gestaltung von Makro-, Meso- und Mikrozyklen zur Vorbereitung auf den jeweiligen Saisonhöhepunkt des Athleten.

Im Bereich Wettkampfsport bietet die SSG Braunschweig die Wettkampfgruppe 2 für Kinder im Alter von 10 bis 13 Jahren sowie die Wettkampfgruppe 1 für Schwimmer im Alter ab 14 Jahren an. Daran schließt sich die Wettkampfgruppe

6.4. Schematische Darstellung der Gruppen mit ihren spezifischen Anforderungen

Den oben genannten Gruppen analog des langfristigen Trainingsaufbaus können nun konkreten Alters- und Anforderungsbereichen innerhalb der SSG Braunschweig zugeordnet werden. Hier wird auf die konkreten Umstände Rücksicht genommen. Außerdem wird die Gruppenstruktur wie beschrieben ergänzt um den Strang im Wettkampfsport.



An dieser Stelle haben wir uns entschieden, die beiden Hauptkomponenten „Alter“ und „World Aquatics Punkte“ als Grundlage für die Gruppen aufzuführen und die spezifischen Anforderungen in den Gruppen zu ergänzen. Verbreitet ist auch eine Darstellung nach Rudolphpunkten. Die hier gewählte Sicht hat den Vorteil, dass man direkt die schwimmerischen Unterschiede zwischen den Gruppen erkennt., allerdings wird die direkte Vergleichbarkeit der Leistungen in unterschiedlichen Altersbereichen vernachlässigt.

In den folgenden Grafiken nimmt nach links das Alter der Schwimmer zu und nach oben nimmt die Schwimmgeschwindigkeit der Schwimmer zu.

In rot sind die Entwicklungsstufen bzw. Gruppen im Leistungssport dargestellt. Grün stellt den Wettkampfstrang dar. Orange ist primär im Leistungsstrang anzusiedeln, ist aber nicht Teil der klassischen Leistungssportpyramide.

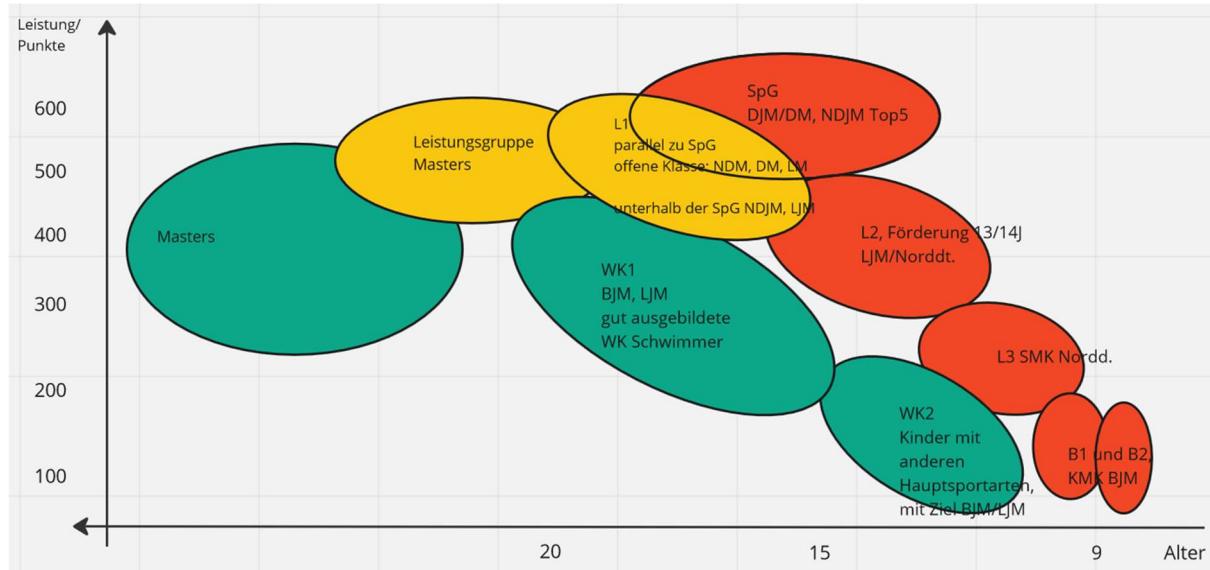


Abbildung 4: Schematische Darstellung der Gruppen der SSG Braunschweig

Diese Konstellation stellt sich zurzeit für die SSG Braunschweig optimal dar. Es gilt, diesen Stand regelmäßig mit der Entwicklung der SSG Braunschweig abzulegen und wenn nötig zu justieren. So müssen beispielsweise keine Gruppen gebildet werden, wenn es in dem betreffenden Segment „keine“ Schwimmer gibt und diese gut mit anderen Segmenten zusammengefasst werden können.

Die Leistungsgruppe Masters ist zurzeit quasi in die Mastersgruppe integriert. Hier gilt es zu überlegen, diese mittelfristig wieder eigenständig zu positionieren. Alternativ bietet sich kurzfristig eine erweiterte L1 an. Dies ist in der folgenden Grafik dargestellt.

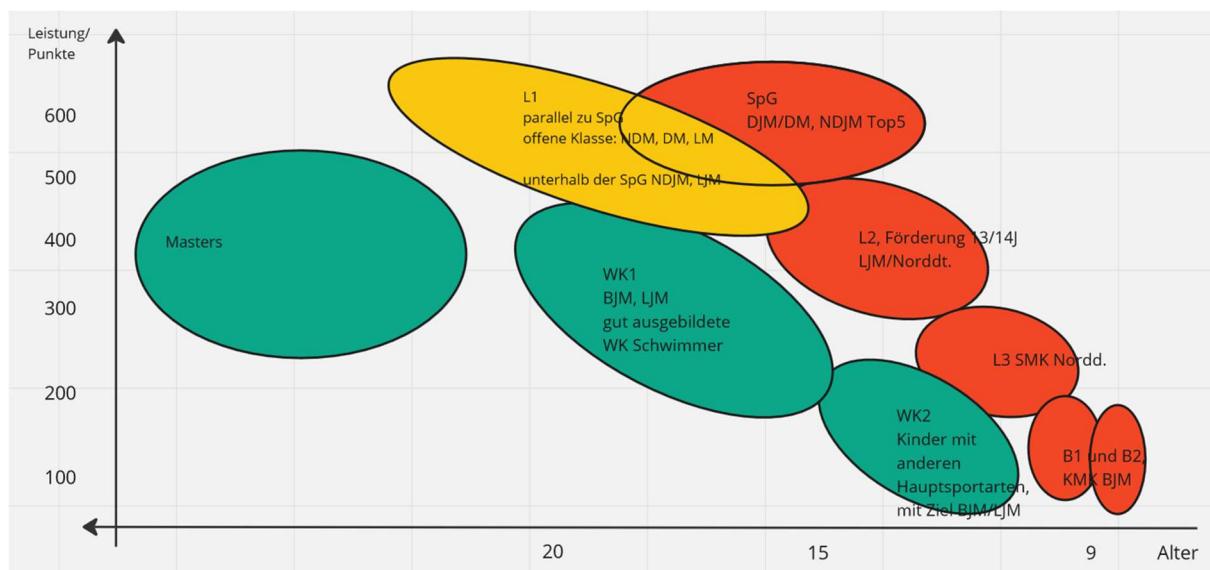


Abbildung 5: Schematische Darstellung der Gruppen der SSG Braunschweig, Variante

6.5. Schematische Darstellung einer möglichen Zuordnung der Schwimmer zu den Gruppen

Diese theoretischen Überlegungen müssen nun in die Wirklichkeit der SSG Braunschweig und den aktuellen Leistungsstand eingeordnet werden. Dazu sind in der folgenden Grafik alle Schwimmer, die im Jahr 2023 einen Wettkampf absolviert haben, mit der Punktzahl ihrer viertbesten Strecke und ihrem jeweiligen Alter und den Gruppen zugeordnet dargestellt. „Punktzahl ihrer viertbesten Strecke“ meint damit: es wurde für jeden Schwimmer die beste Punktzahl jeder Strecke im Jahr 2023 ermittelt und dann die vierbeste Strecke dargestellt. Die Wahl der vierbesten Punktzahl hat den Hintergrund, dass damit vermieden wird, einen Schwimmer besonders gut darzustellen, der nur in einer Lage extrem gut ist, und somit mehr auf die Vielseitigkeit geachtet wird. Die Trennung ist so etwas klarer, als wenn man auf die beste Strecke schaut (diese Grafiken sind zum Vergleich am Ende dargestellt). Der Altersbereich der Masters ist abgeschnitten, um sich auf die Jugend zu fokussieren und diese besser darstellen zu können.

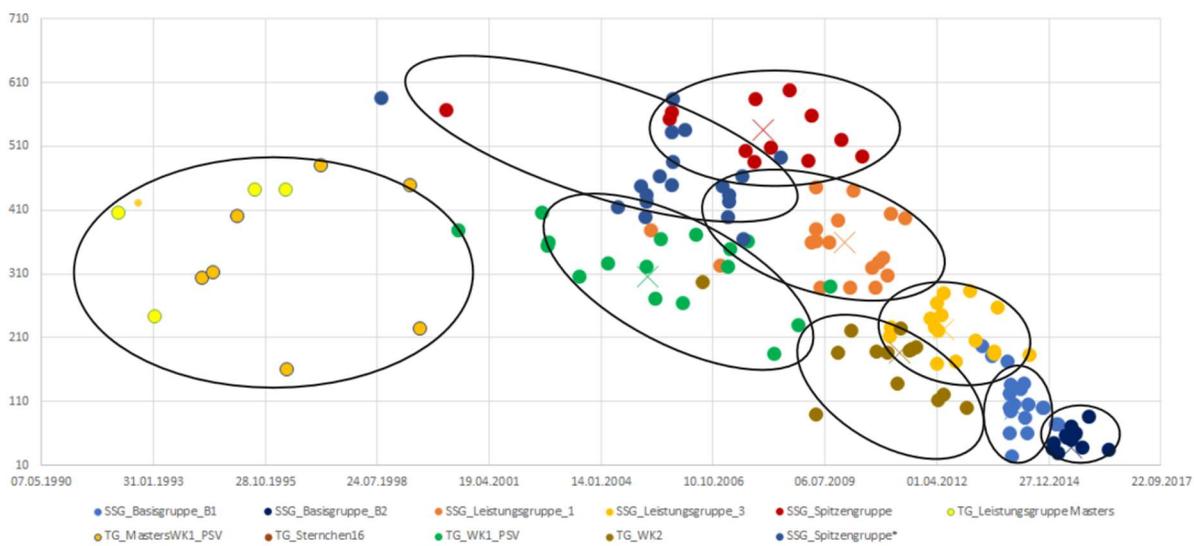


Abbildung 6: WA Punkte: die Punkte der 4. Besten Strecke nach aktueller WA Punktetabelle in der abgelaufenen Saison

Wir möchten hervorheben, dass dies eine mögliche Zuordnung ist basierend alleine auf den Kriterien Altern und World Aquatics Punkte, um zu zeigen, wie die obigen theoretischen Überlegungen mit der Wirklichkeit in Einklang gebracht werden können. Man sieht, dass diese Zuordnung die Gruppen gut ausfüllt. Gleichzeitig erhebt diese Darstellung keinen Anspruch auf Vollständigkeit, bei der Gruppenzuordnung, die durch das Trainerteam erfolgt, müssen selbstverständlich noch viele weitere Kriterien herangezogen werden. Hier geht es nur um die grundsätzliche Gruppenstruktur.

Es ist zu erwarten und sollte Ziel der SSG Braunschweig sein, dass in den kommenden Jahren, die Schwimmer im Leistungsstrang von „unten rechts“ nach „oben links“ durchwandern und die L1 sich so mit weiteren blauen Markierungen im Zentrum des Ellipsoids füllt.

6.6. Beschreibung der einzelnen Gruppen

Im Folgenden möchten wir kurz auf die wesentlichen Anforderungen und Merkmale, die in den obigen Grafiken nur sehr verkürzt dargestellt sind, eingehen. Wir möchten hervorheben, dass insb. die Informationen zum exakten Trainingsangebot und den Wettkämpfen von dem Konzept der jeweiligen Trainer der Gruppen abhängen.

6.6.1. Spitzengruppe (SpG)

- Das höchste Leistungsniveau, das die SSG bieten kann. Den Schwimmern wird das beste Trainingsniveau geboten mit dem Ziel des bestmöglichen Leistungsentwicklung. Die Spitze der Leistungssportpyramide, die die SSG Braunschweig leistet. Hier wird AST durchgeführt, HLT können wir aktuell in Braunschweig nicht anbieten.
- Einordnung: Die Schwimmer wechseln von der L2 oder L1 in die Spitzengruppe und ggf. wieder in die L1, sollte die Leistung nicht mehr ausreichend sein.
- Leistungsanforderung:
 - DJM oder DM Teilnahme



- NDJM Top5
- mehr als 450 WA Punkte oder positive Leistungsentwicklung auf dem Weg dort hin
- Trainingsangebot: 6-8x zzgl. VFV und Athletik
- Wettkämpfe: regionale Einladungswettkämpfe, nationale hochklassige Einladungswettkämpfe und alle Meisterschaften
- Alter: ca. 13+

6.6.2. Leistungsgruppe 1 (L1)

- In weiten Teilen parallel zur Spitzengruppe. Hier trainieren die Schwimmer mit einem Niveau bzw. Leistungsanforderungen oder Trainingsanforderungen, das klassischerweise nicht Teil der Leistungssportpyramide ist. Gleichzeitig sind die Anforderungen hier deutlich höher als im Wettkampfbereich, genauso die Leistungen der Schwimmer. Bei den Jüngeren umfasst diese Gruppe Schwimmer, die voraussichtlich keine Entwicklungsmöglichkeiten in Richtung DJM haben. Bei den Älteren umfasst diese Gruppe Schwimmer der offenen Klasse, die nicht in die deutsche Spitze vorstoßen (dann wären sie Teil der Leistungssportpyramide), aber in der offenen Klasse darunter erfolgreich sind, dies schließt Staffeln und DMS Mannschaften in der offenen Klasse ein.
- Einordnung: Bei positiver Leistungs- und Persönlichkeitsentwicklung ist ein Wechsel in die Spitzengruppe einfach möglich. Nach Abschluss der L1 erfolgt typischerweise ein Wechsel in die Leistungsgruppe Masters. Ein Wechsel in die WK1 erfolgt, wenn die Leistungsanforderungen nicht mehr erbracht werden können.
- Leistungsanforderung.
 - Für die jüngeren Jahrgänge: NDJM oder LJM gute Platzierung,
 - Für die älteren Jahrgänge: DM, NDM, LM Teilnahme
 - mehr als 400 WA Punkte
 - Neben der Spitzengruppe rekrutieren sich aus dieser Gruppe Teilnehmer für Mannschaften der offenen Klasse, bspw. DMS oder Staffeln
- Trainingsangebot: 4-5x zzgl. VFV und Athletik
- Wettkämpfe: regionale Einladungswettkämpfe, vereinzelt nationale hochklassige Einladungswettkämpfe und alle Meisterschaften
- Alter: ca. 15-25, in Ausnahmefällen auch mehr

6.6.3. Leistungsgruppe 2 (L2)

- Die Nachwuchsförderung nach Absolvierung der Mehrkämpfe zur Vorbereitung auf die Spitzengruppe. Hier wird klassisches Aufbautraining durchgeführt.
- Einordnung: Die Schwimmer kommen von der L3 in diese Gruppe und wechseln von hier in die Spitzengruppe auf dem Pfad des langfristigen Leistungsaufbaus. Alternativ kann von hier der Weg zur L1 eingeschlagen werden. Sollten die Leistungsanforderungen nicht mehr erfüllt werden, kann ein Wechsel in die WK1 erfolgen.
- Leistungsanforderung:
 - Teilnahme NDJM, LJM
 - 300-500 WA Punkte
- Trainingsangebot: ca. 5x zzgl. VFV und Athletik
- Wettkämpfe: regionale Einladungswettkämpfe, vereinzelt nationale hochklassige Einladungswettkämpfe und alle Meisterschaften
- Alter: ca. 13-15

6.6.4. Leistungsgruppe 3 (L3)

- Die erste Leistungsgruppe mit dem Fokus auf den schwimmerischen Mehrkämpfen. Nach der Basisgruppe stehen hier die ganzheitliche Ausbildung und die Vorbereitung auf die Mehrkämpfe im Vordergrund. Nach der



Ausbildung in der Basisgruppe wird den Aktiven hier der Übergang in den Leistungssport vermittelt, an der Schwelle vom Grundlagentraining zum Aufbautraining.

- Einordnung: Nachdem die Schwimmer aus der Basisgruppe gekommen sind, erfolgt von hier typischerweise ein Wechsel in die L2, alternativ in die WK2 oder WK1, je nach Alter.
- Leistungsanforderung:
 - Teilnahme Norddt. SMK, möglichst viele Teilnahme an den DM SMK,
 - 150-300 WA Punkte
- Trainingsangebot: 4x zzgl. Athletik
- Wettkämpfe: regionale und hochklassige Einladungswettkämpfe, und alle Meisterschaften
- Alter: 10-12

6.6.5. Basisgruppe 1 (B1)

- Die höchste Basisgruppe. Die Gruppe schließt sich direkt an die B2 an, genau wie dort steht hier die ganzheitliche Ausbildung der Schwimmer im Vordergrund.
- Einordnung: Von hier erfolgt ein Wechsel in die L3 oder WK2. Schwimmer wechseln von der B2 in diese Gruppe.
- Leistungsanforderung:
 - Teilnahme an den Mehrkämpfen auf Bezirks- und Landesebene
 - bis 150 WA Punkte
- Trainingsangebot: 3x zzgl. Athletik
- Wettkämpfe: regionale Einladungswettkämpfe und alle Meisterschaften bis zur Landesebene
- Alter: 9-10

6.6.6. Basisgruppe 2 (B2)

- Die erste Basisgruppe. Im Grundlagentraining erfolgt hier die ganzheitliche Ausbildung der Schwimmer.
- Einordnung: Die Gruppe rekrutiert sich aus den Sternchen-Nachwuchsgruppen. Von hier wechseln die Schwimmer in die B1.
- Leistungsanforderung:
 - Teilnahme an den Mehrkämpfen auf Bezirks- und Landesebene
 - bis 100 WA Punkte
- Trainingsangebot: 3x zzgl. Athletik
- Wettkämpfe: regionale Einladungswettkämpfe und alle Meisterschaften bis zur Landesebene
- Alter: 8-9

6.6.7. Wettkampfgruppe 1 (WK1)

- Die Wettkampfgruppe für alle Schwimmer, die sich auf Einladungswettkämpfe konzentrieren wollen und von Zeit zu Zeit an BJM oder LJM teilnehmen wollen.
- Einordnung: Typischerweise erfolgt von dieser Gruppe der Wechsel zu den Masters, ein Wechsel in die L1 ist bei positiver Leistungsentwicklung möglich oder zum Breitensport bei entsprechenden Ambitionen.
- Leistungsanforderung:
 - Teilnahme an Wettkämpfen und Training
 - 200-400 WA Punkte
- Trainingsangebot: 3x
- Wettkämpfe: regionale Einladungswettkämpfe und Meisterschaften bis zur Landesebene
- Alter: 15-20



6.6.8. Wettkampfgruppe 2 (WK2)

- Die Wettkampfgruppe für alle Schwimmer, die sich auf Einladungswettkämpfe konzentrieren wollen und von Zeit zu Zeit an BJM oder LJM teilnehmen wollen.
- Einordnung: Hier gehen die Schwimmer hin, die nach der B1 nicht die Anforderungen der L3 erfüllen können oder wollen. Typischerweise wechseln die Schwimmer von hier in die WK1, eine Einstufung in die L3 oder L2 bei positiver Leistungsentwicklung ist möglich, alternativ kann der Wechsel in den Breitensport erfolgen.
- Leistungsanforderung:
 - Teilnahme an Wettkämpfen und Training
 - 100-250 WA Punkte
- Trainingsangebot: 3x
- Wettkämpfe: regionale Einladungswettkämpfe und Meisterschaften bis zur Landesebene
- Alter: 10-14

6.6.9. Leistungsgruppe Masters (L-M)

- Die Wettkampfgruppe für die Masterschwimmer mit anspruchsvollem Leistungsniveau
- Leistungsanforderung:
 - DMM, DKMM etc.
- Trainingsangebot: ca. 4x
- Wettkämpfe: regionale und hochklassige Einladungswettkämpfe und Meisterschaften bis zur deutschen Mastersebene
- Alter: 20-35

Mittelfristig sollte überlegt werden, diese Gruppe wieder eigenständig in der ursprünglichen Ausrichtung zu etablieren, dann kann sie wieder dazu dienen, die Schwimmer der L1 aufzunehmen, sobald sie das Zielalter der L1 überschritten haben. Zurzeit ist die Ausrichtung identisch zur Masters-Wettkampfgruppe.

6.6.10. Wettkampfgruppe Masters (WK-M)

- Die Wettkampfgruppe für die Masterschwimmer auf verschiedenem Niveau
- Leistungsanforderung:
 - Teilnahme an Wettkämpfen und Training
- Trainingsangebot: 3x
- Wettkämpfe: regionale Einladungswettkämpfe und Meisterschaften bis zur deutschen Mastersebene
- Alter: 35+

6.7. Weitere Vergleiche in der Darstellung der Leistungen der unterschiedlichen Schwimmer

Wir stellen zur Information und zum Vergleich die Einordnungen der Schwimmer in die verschiedenen Gruppen nach verschiedenen Maßen dar: die beste Strecke, die viertbeste Strecke und Lagen. Die Vergleiche zeigen insbesondere, dass keine großen Veränderungen auftreten bei Wahl eines unterschiedlichen Vergleichsmaßes, aber die Trennungen zwischen den Leistungs- und Wettkampfgruppen etwas deutlicher wird, wenn man von Top1 auf Top4 oder Lagen wechselt. Dies ist so zu erwarten, da die leistungsstärksten Schwimmer auch die vielseitigsten sein sollten.

6.7.1. Top1 Strecke

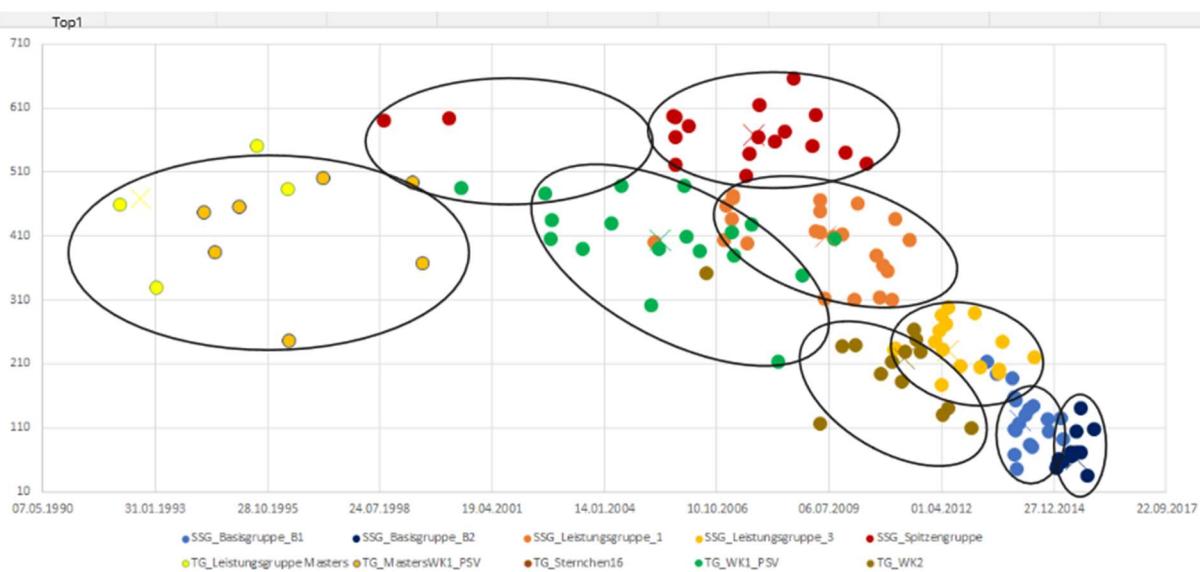


Abbildung 7: WA Punkte: die Punkte der besten Strecke nach aktueller WA Punktetabelle in der abgelaufenen Saison

6.7.2. Top4 Strecke

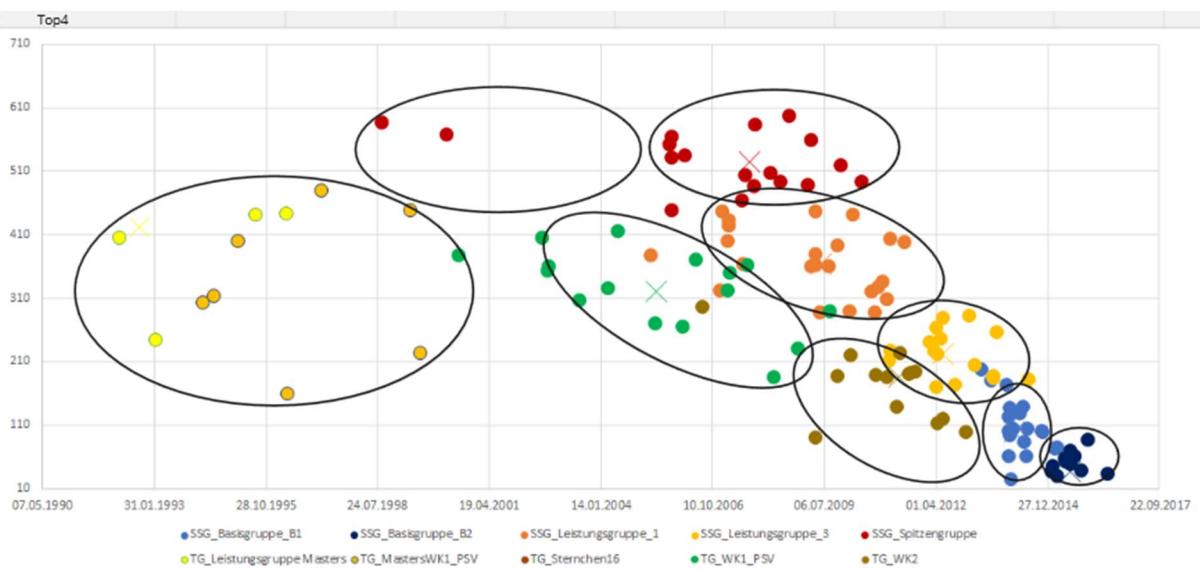


Abbildung 8: WA Punkte: die Punkte der viertbesten Strecke nach aktueller WA Punktetabelle in der abgelaufenen Saison

6.7.3. Lagen (Top1 aus 100L/200L/400L)

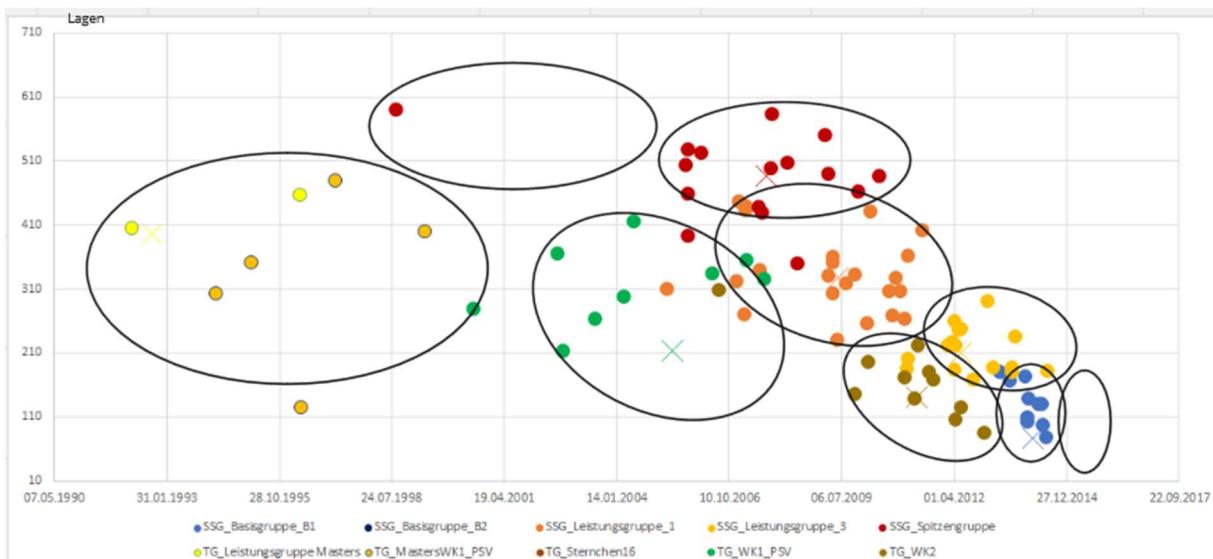


Abbildung 9: WA Punkte: die Punkte der besten Lagenstrecke nach aktueller WA Punktetabelle in der abgelaufenen Saison

7. Wettkampfsystem

Die Wettkampfplanung und das Wettkampfsystem orientieren sich an den Vorgaben des DSV und des LSN. Höhepunkte im Jahr sind die Deutschen Jahrgangsmeisterschaften sowie die Deutschen Meisterschaften für die älteren Schwimmer und die Deutschen Kurzbahnmeisterschaften. Ziel der jüngsten Schwimmer sind die Deutschen Mehrkampfmeisterschaften. Die Kurzbahnmeisterschaften finden im November statt, die übrigen Meisterschaften meist im Mai/Juni. Darauf orientieren sich die weiteren Meisterschaften, die entsprechend angeordnet davor stattfinden: Norddeutsche Meisterschaften sowie Mehrkampfmeisterschaften, Landesmeisterschaften und Bezirksmeisterschaften.

Zur Teilnahme an den Meisterschaften muss man sich durch das Erreichen einer bestimmten Normzeit im Vorfeld oder durch einen entsprechenden Eintrag in der Bestenliste qualifizieren. Diese Nachweiszahlen können auf den untergeordneten Meisterschaften (also bspw. auf den Landesmeisterschaften für die Norddt. Meisterschaften) erreicht werden oder auf Einladungswettkämpfen.

Einladungswettkämpfe werden von vielen Vereinen veranstaltet und sie sind sehr wichtig für die Wettkampfpraxis der Schwimmer. Einladungswettkämpfe finden insbesondere in der Zeit vor den Meisterschaften statt und in vielen verschiedenen Formaten. Sie geben den Schwimmern die Möglichkeit, Wettkampferfahrung und Normzeiten zu sammeln und fördern den Teamzusammenhalt. Auch die SSG Braunschweig richtet mit der SummerChallenge und der Weihnachtsgala Einladungswettkämpfe aus.

Daneben gibt es zwei Mannschaftswettbewerbe: den Deutschen Mannschaftswettbewerb Schwimmen (DMS) und die Staffelmeisterschaften DMSJ (Deutscher Mannschaftswettbewerb Schwimmen der Jugend). Der DMS ist in Ligen von der Bundesliga über die 2. Bundesliga und die Landesliga bis hin zur Bezirksliga eingeteilt. Alle Schwimmer einer Mannschaft müssen ein bestimmtes Wettkampfprogramm schwimmen und zur Ermittlung des Siegers werden für jede erreichte Zeit der Mannschaft Punkte gutgeschrieben. Der DMSJ besteht aus Staffeln, die nach Altersklassen getrennt von jeder Mannschaft in allen Lagen absolviert werden müssen. Zur Ermittlung des Gesamtsiegers werden alle Zeiten addiert.

An diesen Etappen über das Jahr hinweg orientiert sich die Trainingsplanung der einzelnen Gruppen der SSG Braunschweig.



8. Stützpunktsystem

8.1. Landeskader

Die Kadernominierung erfolgt auf Grundlage der bundeseinheitlichen Nominierungsrichtlinien des DSV. Die Kadernormen des LSN sind an die Altersstrukturen des Spitzerverbandes gekoppelt und ergeben sich aus den sogenannten Rudolph-Punkten (= Punktetabelle zur altersgerechten Einschätzung der Leistungen im Schwimmen). Die Kaderzeiten orientieren sich im Juniorenbereich an der deutschen Spitz.

Die Kaderförderung des Landesschwimmverbandes Niedersachsen lässt sich in eine Grund- und in eine erweiterte Förderung unterteilen. Die Grundförderung bezieht sich auf die im Saisonverlauf stattfindenden Lehrgänge. Für die erweiterte Förderung innerhalb des Top-Teams werden die Kriterien im nächsten Abschnitt zugrunde gelegt. Diese Struktur gewährleistet ein kontinuierliches, altersgerechtes Fördern und Fordern der jungen Talente.

Die SSG Braunschweig ist seit vielen Jahren tragender Verein des Landesstützpunkts Braunschweig, d. h. die SSG Braunschweig ist der Verein mit den meisten Kaderathleten der Region und vom LSN mit der Organisation und Durchführung des Stützpunktes beauftragt.

Die Entwicklung der Landeskaderzahlen der SSG Braunschweig sowie am Stützpunkt Braunschweig ist in der folgenden Grafik dargestellt. Man erkennt den klaren Aufwärtstrend in der Zahl der Kadersportler der SSG Braunschweig in den letzten Jahren, was auf die neu aufgestellte Arbeit und insbesondere die Nachwuchsarbeit zurückzuführen ist. Die Kaderschwimmer der SSG Braunschweig sind nach Kaderstatus aufgesplittet, die Kaderschwimmer der anderen Vereine am Stützpunkt zur besseren Übersichtlichkeit zusammengefasst.

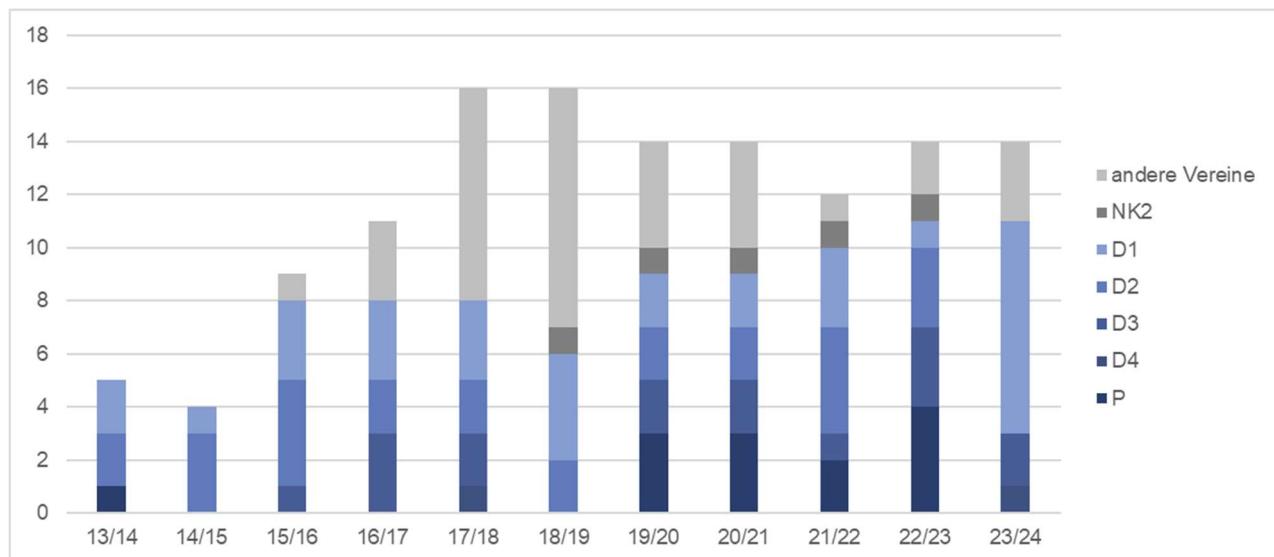


Abbildung 10: Anzahl der Kaderschwimmer der SSG Braunschweig und des Landesstützpunktes Braunschweig seit 2013 je Saison.

8.2. Landesstützpunkt Braunschweig

Auf Landesebene haben sich neben dem Landesleistungszentrum Hannover mit Braunschweig, Göttingen, Osnabrück und Oldenburg/Delmenhorst vier Landesstützpunkte etabliert. Zur Anerkennung eines Landesstützpunktes werden gemäß den LSB-Richtlinien die zu erfüllenden Kriterien und der damit verbundene Fortbestand des Standortes in einem Rhythmus von zwei Jahren geprüft.

Für ein Flächenland, wie es Niedersachsen ist, bilden die auf Regionen ausgerichteten Landesstützpunkte eine wichtige Grundlage in der Nachwuchsarbeit. Unterhalb der Ebene der Landesstützpunkte hat der LSN die Talentnester entwickelt, die in Abstimmung mit den Landesstützpunkten die Nachwuchssichtung und Nachwuchsförderung bis hin zu den Kadern sicherstellen sollen. Die Verknüpfung dieser verschiedenen Ebenen muss unter professioneller Beobachtung und Führung erfolgen und klaren Vorgaben folgen.



Der LSN hat einen Stützpunkt-Check entwickelt, der es möglich macht, an den Stützpunkten einen qualifizierten und nachhaltigen Aufbau zu überprüfen. In den Stützpunktchecks werden die interaktiven Handlungen aller Beteiligten bewertet und zu einem Gesamtergebnis zusammengefasst. Ein eigens entwickelter Fragebogen dient als Gesprächsleitfaden der Stützpunktarbeit. Im gemeinsamen Dialog mit dem stützpunkttragenden Verein werden Stärken und Schwächen des Standortes erörtert und Ziele formuliert.

Um die Effektivität der Stützpunkte im Sinne eines Qualitätsmanagements zu überprüfen sowie Mindeststandards zu definieren, wurden die Aufgaben/Kriterien eines Landesstützpunktes in einem konkreten Bewertungsschema definiert. Durch die regelmäßigen Stützpunktchecks kann der Leistungsstandard erhalten werden.

Der letzte Stützpunktcheck am Landesstützpunkt Braunschweig fand im Jahr 2021 statt. Als positiv wurden die Trainingsmöglichkeiten (neu mit der Kooperation mit dem V.f.V. im Krafttraining und mit Abstrichen beim Athletiktraining), die Ausbildung der Trainer und das Nachwuchskonzept sowie die Kooperationen mit Ärzten und Physiotherapeuten bewertet. Die Anzahl der Kaderschwimmer ist auf einem stabilen Niveau mit leicht ansteigender Tendenz. Als kritisch wurden die mangelnde Kooperation mit Schulen und die Verzahnung von schulischer und schwimmerischer Ausbildung gesehen. Insgesamt wurde der Stützpunkt mit zwei von drei möglichen Sternen über die Basisbewertung hinaus (also insgesamt Stufe 3 von 4) bewertet. Der nächste Stützpunktcheck ist vom Landesschwimmverband Niedersachsen für Ende 2024 geplant.

8.3. Zusammenarbeit mit dem Landesleistungszentrum

Die Zentrale der Nachwuchsförderung des Landesschwimmverbandes Niedersachsen ist das Landesleistungszentrum Hannover. Die jeweiligen dezentralen Landesstützpunkte Oldenburg/Delmenhorst, Braunschweig, Göttingen und Osnabrück leisten die Talentfindungs- und Ausbildungsarbeit in der Fläche Niedersachsens nach den Vorgaben und Richtlinien des Landesleistungszentrums. In Hannover befindet sich derzeit das einzige Sportinternat Niedersachsens, das eng mit Schwimmvereinen zusammenarbeitet. Alle Vereine Niedersachsens haben die Möglichkeit, Talente bei entsprechender Leistung am Landesleistungszentrum Hannover trainieren und entsprechend das Internat besuchen zu lassen. Alle Vereine Niedersachsens sind angehalten, Talente den entsprechenden Weg zu ebnen, solange am Wohnort keine adäquaten Trainingsmöglichkeiten mit ggf. notwendiger Verzahnung von schulischer und schwimmerischer Ausbildung bestehen. Gleichzeitig wird angestrebt, dass die Schwimmer das Startrecht für ihren Heimatverein behalten, wenn sie am Landesleistungszentrum trainieren. In der Bewertungsmatrix des Stützpunktchecks ist sichergestellt, dass die Heimatvereine auch dann von ihren Talenten profitieren, wenn sie am Landesleistungszentrum trainieren.

8.4. Zusammenarbeit mit anderen Landesstützpunkten

Der Trainerrat, der vom Landesschwimmverband Niedersachsen organisiert wird, fördert den Austausch und die Zusammenarbeit der Landesstützpunkte. Das quartalsmäßige Treffen findet virtuell oder in Präsenz in Hannover statt. Jeder Stützpunkt bringt aktuelle Themen ein, um somit die gemeinsamen Ziele erreichen zu können. Darüber hinaus findet ein regelmäßiger Austausch bei den Meisterschaften statt, wo alle Landestrainer und Stützpunkttrainer anwesend sind.

Somit ist sichergestellt, dass alle Trainer der Landesstützpunkte jederzeit auf dem aktuellen Wissenstand sind und neue Entwicklungen allen Stützpunkten zugutekommen. Alle Stützpunkte können so von den Erfahrungen jedes einzelnen Stützpunktes lernen. Der Stützpunkttrainer am Landesstützpunkt Braunschweig gibt diese neuen Entwicklungen regelmäßig an die Trainer der SSG Braunschweig weiter und sammelt umgekehrt Themen und Erfahrungen ein, um diese mit den anderen Stützpunkttrainern zu diskutieren.

9. Zusammenarbeit mit der Stadt Braunschweig

Die SSG Braunschweig arbeitet seit vielen Jahren sehr erfolgreich mit der Stadt Braunschweig zusammen. Einerseits profitiert die SSG Braunschweig durch die Zuschüsse für den Trainings- und Wettkampfbetrieb und die Überlassung von Trainings- und Wettkampfstätten. Andererseits profitiert die Stadt Braunschweig von dem Angebot der SSG



Braunschweig und dem zusätzlichen bundesweiten Bekanntheitsgrad sowie von zahlreichen Besuchern in Braunschweig bei Wettkämpfen.

9.1. Alleinstellungsmerkmal in Braunschweig

Die SSG Braunschweig als Start- und Trainingsgemeinschaft der beteiligten Stammvereine bündelt die Ressourcen der beteiligten Vereine. Unter optimaler Ausnutzung der Bahnenzeiten und optimalen Einsatzes der Trainer schafft sie Trainingsbedingungen für die Aktiven, die deutlich über das hinausgehen, was die einzelnen Stammvereine anbieten könnten. Dies umfasst nicht nur die Anzahl und Länge der Trainingseinheiten, sondern vor allem die Qualität. Durch die Zusammenfassung der leistungsstarken Aktiven treffen diese im Training häufiger auf Konkurrenzsituationen und können sich gegenseitig anspornen. Mit diesem Angebot und diesen Möglichkeiten geht die SSG Braunschweig deutlich über das hinaus, was die einzelnen Vereine anbieten können. Sie ist die einzige Schwimmgemeinschaft in Braunschweig, die diese Möglichkeiten für die Aktiven bietet. Damit ist es ihr vornehmlich möglich, besondere Leistungen im Bereich Schwimmen für den Braunschweiger Schwimmsport herauszubringen. Weiterhin ist es der SSG Braunschweig aufgrund des großen Know hows möglich, überregionale Wettkämpfe und Meisterschaften auszurichten, von der die Stadt Braunschweig und ihre Bekanntheit in besonderem Maße profitieren.

9.2. Stadt des Sports

Die Stadt Braunschweig ist die „Stadt des Sports“ in Niedersachsen, Sport hat einen hohen Stellenwert in Braunschweig. Die Bevölkerung ist begeistert für den Sport und die Stadt Braunschweig ist an einem hochklassigen und vielfältigen Sportangebot interessiert und fördert dies nach Kräften. In diesem Zusammenhang ist die SSG Braunschweig sehr wichtig und leistet einen wichtigen Beitrag zum Titel „Stadt des Sports“. Sie erweitert das Angebot von Spitzensport um den Bereich Wassersport und bietet Schwimmsport auf hohem Niveau an. Sie bietet nicht nur den Leistungssport an, sondern sorgt für Erfolge Braunschweigs auf regionaler und nationaler Bühne und lässt diverse regionale, nationale und internationale Wettkämpfe und Meisterschaften in Braunschweig stattfinden.

9.3. Bundesweite Bekanntheit Braunschweigs

Die SSG Braunschweig fördert die Bekanntheit der Stadt Braunschweig im gesamten Bundesgebiet. Regelmäßig nehmen die Schwimmer der SSG Braunschweig an regionalen und überregionalen Wettkämpfen sowie an regionalen und nationalen Meisterschaften teil. Sie starten dort unter dem Namen „SSG Braunschweig“ und sorgen für eine Bekanntheit des Vereinsnamens und damit auch des Namens der Stadt. Sie treten erfolgreich auf und fördern somit eine positive Assoziation mit dem Vereins- und Stadtnamen Braunschweig.

In den letzten Jahren waren die Aktiven neben vielen niedersächsischen Orten beispielsweise in Dresden, Dortmund, Berlin, Magdeburg, Hamburg, Kiel, Solingen, Mölln, Köln, Bamberg, Essen, Darmstadt, Wuppertal, Sindelfingen, Regensburg, Gera, Potsdam und Halle erfolgreich am Start.

9.4. Wirtschaftsfaktor für die Stadt Braunschweig

Die SSG Braunschweig richtet regelmäßig regionale, nationale und internationale Wettkämpfe und Meisterschaften aus. Die SSG Braunschweig sieht dies als gute Gelegenheit, den eigenen Aktiven attraktive Wettkämpfe vor Ort zu bieten sowie die Nachwuchsaktivitäten für den Sport zu begeistern. Weiterhin spielen ausgerichtete Wettkämpfe eine zentrale Rolle im Finanzierungskonzept der SSG Braunschweig. Nicht zuletzt stellen die Wettkämpfe und insbesondere die überregionalen Wettkämpfe eine gute Werbemöglichkeit für die SSG Braunschweig dar.

Die Stadt Braunschweig profitiert in besonderem Maße von diesen Wettkämpfen, die die SSG Braunschweig im Wesentlichen im Sportbad Heidberg, aber auch im Freibad Raffteich ausrichtet. Die Stadt Braunschweig wird bundesweit bekannt und aus dem gesamten Bundesgebiet sowie aus angrenzenden Ländern reisen Aktive, Trainer, Betreuer, Kampfrichter und Eltern nach Braunschweig. Sie übernachten hier, besuchen den Weihnachtsmarkt, gehen einkaufen und besuchen Restaurants. Und die einen oder anderen kommen vielleicht zu einem privaten Besuch noch einmal vorbei.



Aus dem Feedback der Vereine wissen wir, dass viele Teilnehmer explizit wegen des guten Umfeldes nach Braunschweig kommen: eine gute Organisation gepaart mit einer Top-Location, dem Sportbad Heidberg.

Zwei selbstveranstaltete Wettkämpfe richten wir in der Regel jährlich aus:

- Die Internationale Weihnachtsgala
 - Im Dezember 2023 fand die 30. Auflage dieser Veranstaltung statt. Sie besticht durch ein umfangreiches Wettkampfprogramm mit allen existierenden Wettkampfstrecken, vielen Finals und einigen spannenden Sonderläufen wie z. B. den Weihnachtsfinals, in denen die besten Schwimmer aus verschiedenen Strecken gegeneinander antreten, und Teamevents, die den Zusammenhalt der Vereine stärken.
 - Die Jubiläumsveranstaltung war etwas ganz Besonderes mit einem besonderen Lichtkonzept bei den Finals, exklusiver Vorstellung der Finalteilnehmer mit Foto und einem Introvideo vor jedem Finalblock.
 - Über das Wochenende verteilt nehmen regelmäßig ca. 700 Aktive an der Veranstaltung teil.
 - Gäste kommen aus dem gesamten norddeutschen Raum sowie vereinzelt aus anderen Bundesländern. Ausländische Gäste, beispielsweise aus Dänemark, den Niederlanden oder der Schweiz besuchen uns regelmäßig.
 - Das Teilnehmerfeld ist hochklassig besetzt, bspw. mit Medaillengewinnern der deutschen Jahrgangsmeisterschaften; in nahezu jedem Jahr fallen Landesjahrgangsrekorde.
- Braunschweiger SummerChallenge im Raffteichbad
 - Ein komplett neues Wettkampfformat, das im Rahmen der Einschränkungen im Jahr 2020 entwickelt wurde.
 - Nach der Premiere als zweitägiger Wettkampf im letzten Jahr, bei dem die Sportler die Möglichkeit hatten, vor Ort im Zelt auf dem weitläufigen Freibadgelände zu übernachten, müssen wir den Wettkampf in diesem Jahr im Sportbad Heidberg durchführen. Der volle Wettkampfkalender sowie der hohe Aufwand und die extrem hohen Kosten im Raffteichbad zwingen uns dazu.
 - Über Vorläufe und Finals hinweg qualifizieren sich die besten Schwimmer für die namensgebende Challenge am Ende des Wettkampfes, in der die besten Schwimmer aller Altersklassen den Gesamtsieger ermitteln.

Weiterhin plant die SSG Braunschweig, pro Jahr ein bis zwei Meisterschaften für die Verbände auszurichten. Das Spektrum reicht von Bezirks- und Landesmeisterschaften bis hin zu Norddeutschen Meisterschaften und sogar Deutschen Meisterschaften und umfasste in den letzten Jahren:

- 2017
 - Bezirksmeisterschaften „Lange Strecken“
 - Norddeutsche Meisterschaften
- 2018
 - Norddeutsche Meisterschaften „Lange Strecken“
- 2019
 - Bezirksmeisterschaften
 - Norddeutsche Meisterschaften der Masters
- 2020
 - LSN Sommer Cup
- 2021
 - LSN Kaderwettkampf (LSN Open Drei)
 - Deutsche Meisterschaften der Masters
- 2022
 - Bezirksmeisterschaften
 - Landesmeisterschaften
 - Norddeutsche Meisterschaften Mehrkampf
- 2023
 - Norddeutsche Meisterschaften „Lange Strecken“
 - Norddeutsche Meisterschaften



- 2024
 - Landesjahrgangsmeisterschaften
 - Deutsche Meisterschaften Schwimmerischer Mehrkampf

Die Ausrichtung von Meisterschaften der Masters ist sehr interessant, auch wenn sie nicht zur eigentlichen Zielgruppe des Leistungssportes der SSG Braunschweig gehören, da sich hier ein breites Feld der Aufmerksamkeit und finanzieller Vorteile bildet. Darüber hinaus finden Deutsche Meisterschaften der offenen Klasse sowie deutsche Jahrgangsmeisterschaften seit einigen Jahren immer an festen Orten wie Berlin und Wuppertal statt.

Besonders bemerkenswert ist, dass die SSG Braunschweig sich durch die gute Organisation und das gute Umfeld bei Wettkämpfen einen solchen Namen gemacht hat, dass wir regelmäßig angefragt werden, ob wir Meisterschaften ausrichten wollen anstatt, dass wir uns im normalen Prozess um die Ausrichtung bewerben müssen. So geschehen bei den Deutschen Meisterschaften der Masters im Jahr 2021 und den Norddeutschen Meisterschaften im Jahr 2023 sowie auch bei den Deutschen Meisterschaften SMK im Jahr 2024. Eine Anfrage zur Ausrichtung der Norddt. Meisterschaften SMK im Jahr 2024 mussten wir aufgrund unseres vollen Kalenders ablehnen.

10. Flankierende Betreuungsmaßnahmen und Kooperationen

Neben dem eigentlichen Schwimmtraining sind weitere Maßnahmen extrem wichtig, um beispielsweise die sportliche Ausbildung der Aktiven zu verbessern oder gesundheitlich zu betreuen. Dazu unterhält die SSG Braunschweig Kooperationen mit diversen Partnern.

10.1. Kooperationen

Folgende Kooperationen zur Unterstützung des Leistungssports führt die SSG Braunschweig durch:

- Vereinskooperation mit den Stammvereinen BSV Ölper 2000, Polizei SV Braunschweig, BTSV Eintracht, SG Blau-Gold Braunschweig
 - Erfahrungsaustausch zwischen den Schwimmtrainern
 - Unterstützung in der Schwimmausbildung
 - organisatorische Unterstützung bei Veranstaltungen
- V.f.V. Braunschweig e.V. (Kraftsportverein)
 - Ergänzung des Athletiktrainings unter professioneller Anleitung mit einer neuen Sichtweise
 - Erfahrene Anleitung auf dem Weg zum Krafttraining in jungen Jahren und ermöglichen von intensivem Krafttraining für die älteren Sportler
- Die Sportpraxis Philipp Glawe
 - Physiotherapeutische Betreuung der Athleten zur Prävention und Rehabilitation
 - Sportwissenschaftliche Vorträge und Ausbildung
- Eintracht Nachwuchsleistungszentrum
 - Unterstützung für Athletik- und Koordinationstests (z.B. Landesvielseitigkeitstests)
 - Unterstützung bei diagnostischen Tests (z.B. Laktatstests)
- Herzogin-Elisabeth-Hospital
 - sportmedizinische Untersuchung
 - Post-Covid Rehabilitation
 - Verletzungsbehandlung

10.2. Sportstätten

- Sportbad Heidberg
- Sport- und Schwimmhalle der Raabeschule
- Rote Wiese (V.f.V.)



10.3. Homebase

Seit Dezember 2022 wird die Homebase als neues „SSG-Vereinsheim“ genutzt. Sie befindet sich in unmittelbarer Nähe zum Haupttrainingsort, dem Sportbad Heidberg. Die Nutzungsformen sind vielfältig und unterstützen den Leistungssport in der SSG Braunschweig auf vielfältige Art. Durch eine Nutzung als Teilzeitinternat zwischen der Schul- und der Trainingszeit beispielweise optimieren die Schwimmer ihren Tagesablauf, reduzieren Fahrtzeiten und können mehr Trainingseinheiten wahrnehmen. Durch die Nutzung als Büro und für Besprechungen wird der organisatorische Rahmen vereinfacht und verbessert.

Weitere Nutzungsformen der Homebase, die bereits laufend umgesetzt werden:

- Teilzeitinternat mit Hausaufgabenbetreuung und Mittagessen
- Trainer- und Teambesprechungen
- Theoretische Trainingseinheiten (Mentaltraining/Ernährungsberatung)
- Physiotherapeutische Präventionskurse/Behandlungen
- Vorstandssitzungen/Ausschusssitzungen/Mitgliederversammlung
- Veranstaltungsorganisation für eigene Wettkämpfe
- Büro Schwimmschule
- Aufenthalts- und Betreuungsraum für interne Trainingslager
- Besprechungsraum für unsere Stammvereine
- Lagerfläche im Keller für Material
- Trockenkeller für Trainingsmaterialien

10.4. Teilzeitinternat

Das Teilzeitinternat in der Homebase befindet sich weiterhin im Aufbau. Hier soll eine Betreuung in der Zeit zwischen Schule und Training gewährleistet werden. Damit wird das soziale Miteinander mit den Trainingskollegen gefördert und die Fahrwege von Schule-Zuhause-Trainingsstätte werden eingespart. Durch die damit verbundene Reduzierung von Reisezeiten und verbesserter Betreuung am Nachmittag kann das Training erfolgreicher gestaltet werden und den Schwimmern ist es möglich, weitere Trainingseinheiten wahrzunehmen.

11. Prävention

Die SSG Braunschweig engagiert sich leidenschaftlich für fairen Sport und setzt sich vehement für den Schutz der Kinder und Jugendlichen ein. Unsere Organisation steht für die strikte Einhaltung der Regeln im Schwimmsport und strebt eine dopingfreie Umgebung an. Wir befürworten und unterstützen alle angemessenen Maßnahmen zur Verhinderung und Bestrafung von Dopingvergehen.

Zusätzlich dazu betrachten wir die Akzeptanz und Wertschätzung weltanschaulicher, religiöser und kultureller Unterschiede als unerlässlich für ein harmonisches Miteinander innerhalb unserer Gemeinschaft. Diskriminierung jeglicher Art wird von der SSG Braunschweig entschieden abgelehnt und bekämpft.

Ein zentraler Schwerpunkt unserer Bemühungen liegt auf dem besonderen Schutz der uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen. Wir setzen alles daran, sie vor Überforderung, Misshandlung, Gewalt und Drogenmissbrauch zu bewahren. Dies beinhaltet nicht nur die physische, sondern auch die psychische Gesundheit und das Wohlergehen unserer jungen Athleten und Athletinnen. Unsere Vision ist es, eine Umgebung zu schaffen, in der sie sich sicher fühlen und ihr volles Potenzial entfalten können.

11.1. Anti-Doping

Die Kadersportler erhalten in der Regel eine Anti-Doping-Schulung während des Kaderaufaktaklehrgangs. Zudem führt jeder Kadersportler einmal im Jahr über die E-Learning Plattform der NADA einen Kurs durch und weist dies dem LSN über ein Zertifikat mit Abgabe des Kaderantrags nach. Ferner erhalten Trainer in der LSN-Ausbildung umfassende



Aufklärung und werden für den Lizenzierwerb dazu verpflichtet, einen Ehrenkodex vorzulegen. Innerhalb des LSN gibt es einen benannten Ansprechpartner. Zudem besteht eine jährliche Nachweispflicht gegenüber dem LSB über durchgeführte Maßnahmen.

Alle Trainer sind weiterhin gegenüber der SSG verpflichtet, einen Ehrenkodex vorzulegen und die SSG Braunschweig führt regelmäßige Kurzseminare mit den Schwimmern über Anti-Doping durch.

11.2. Sexualisierte Gewalt

„Die körperliche und emotionale Nähe, die im Sport entstehen kann und in keinem anderen Zusammenhang Stellenwert findet, birgt zugleich die Gefahren sexualisierter Übergriffe“ (Deutscher Schwimm-Verband e.V.).

Somit kommt dem organisierten Sport eine hohe Verantwortung für das Wohlbefinden aller Engagierten, Eltern, Kinder und Jugendlichen zu.

Angesichts der Verantwortung der uns anvertrauten Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen sowie für die hauptamtlich und ehrenamtlich tätigen Personen hat die SSG Braunschweig eine Vertrauensperson benannt und ein Präventionskonzept erarbeitet und verabschiedet. Im nächsten Schritt wird eine systematisch Schulung aller am Sport beteiligten Personen (Vorstand, Trainer:innen, Sportler und Hilfskräfte) geben. Hierfür arbeiten wir mit dem Stadtsportbund Braunschweig in dem von der sportjugend Niedersachsen initiierte Projekt: „Verein(t) gegen sexualisierte Gewalt im Sport“ zusammen und lassen uns innerhalb von 2 Jahren zertifizieren.

12. Zukunftsvision

Mittel- und langfristig hat die SSG Braunschweig das Ziel, das Angebot noch deutlich über das vorher Beschriebene auszuweiten und noch mehr Spitzensport in Braunschweig anzubieten. Während das beschriebene Konzept mit den derzeitigen Rahmenbedingungen umgesetzt werden kann, sind für die hier beabsichtigten Erweiterungen grundsätzliche und tiefgreifende Änderungen an den Strukturen notwendig.

Die beabsichtigte Erweiterung umfasst insbesondere die Stufe Hochleistungstraining nach der Nachwuchskonzeption des DSV, welches ab dem Alter von ca. 18 Jahren durchgeführt wird, sowie eine Erweiterung des Leistungstrainings in den untergeordneten Stufen GLT, ABT, AST von den Minimalanforderungen der DSV-Nachwuchskonzeption auf die mittleren Anforderungen dieses Konzepts. Diese können der folgenden Tabelle entnommen werden:

Etappe	Alter	Training/ Woche (h)	Wasser/ Woche (h)	Land/ Woche (h)	Wasser: Land (%)	km/Wo (TE)	km/Jahr (ca.)	Tr.Wo/ Jahr
GLT	7/8	7	5	2	71:29	5,0 (1,0)	210	42
	9/10	12	8	4	66:22	12,0 (1,5)	528	44
ABT	11/12	17	12	5	70:30	25,0 (2,1)	1150	46
	13/14	22	16	6	73:27	40,0 (2,5)	1880	47
AST	15/16	26	17	6	74:26	45,0 (2,7)	2160	48

Tabelle 2: Vorgaben Trainingsumfang Nachwuchskonzeption DSV (100%) Quelle: Rudolph et al., 2015, S.13

Ein Ausbau der Umfänge auf diese Werte hin ist nötig, um noch weiter in die nationale Spitze im Bereich der Jugend vorzustoßen und um die Grundlage für das Hochleistungstraining zu legen, um im Bereich der offenen Klasse weiter in die nationale Spitze vorzustoßen. Auch hier ist der langfristige Aufbau der Schwimmer von frühester Jugend an ganz entscheidend.

Dazu sind gemäß DSV-Nachwuchskonzeption Schwimmen 2020 im Anschlusstraining der 15- und 16-jährigen 17 Stunden Training pro Woche im Wasser sowie 7 Stunden Landtraining anzubieten. Hier ist das Angebote der Spitzengruppe entsprechend um ca. 6 Stunden Training im Wasser pro Woche zu erweitern. Um dem langfristigen Trainingsaufbau gerecht zu werden, bedeutet dies, dass die unteren Gruppen auf dem Weg in die Spitzengruppe erweitert werden müssen und in allen zusammen ca. 8 zusätzliche Trainingsstunden pro Woche angeboten werden müssen.



Dies bedeutet dann zum Beispiel, dass im Aufbautraining der 11- und 12-jährigen in unserer Leistungsgruppe 3 je 12 Stunden Wassertraining und 5 Stunden Landtraining pro Woche anzubieten und zu absolvieren sind. Bei diesen Schülern der 5. und 6. Klasse bedeutet dies, dass die Schule und das Training optimal aufeinander abgestimmt werden müssen. In der Regel sollten zwei Einheiten je Woche zu je 90 Minuten als Frühtraining angeboten werden. Wenn von einem Trainingsbeginn frühestens um 7:00 Uhr ausgegangen wird, um eine entsprechende Leistungsfähigkeit der Schwimmer zu erzielen, kann der Schulbetrieb frühestens um 9:00 Uhr starten. Der Transport zwischen Schule und Trainingsstätte muss gewährleistet sein. Gleiches gilt für den Nachmittag, da an vier Nachmittagen Wassereinheiten von 1,5 bis 2 Stunden Länge sowie tägliches Landtraining von einer Stunde Dauer stattfinden soll. Die Belastung der Schüler durch Hausaufgaben muss minimiert werden und mit den Haupttrainingstagen abgestimmt sein. Durch die entsprechende Belastung im Training ist die Einstellung eines hauptamtlichen Trainers nur für diese Gruppe zwingende Voraussetzung. Dies Vorgehen wird in diversen Nachwuchszentren in Deutschland genau auf diese Weise umgesetzt.

Ein ähnliches Bild lässt sich für andere Altersklassen zeichnen.

Die entscheidenden Stellschrauben sind:

1. Verfügbarkeit von Wasserfläche

Zurzeit sind nahezu alle Bahnen, die die Vereine im Sportbad Heidberg belegen können, belegt. Nur einzelne Zeiten in den Bereichen 15-16 Uhr können die Vereine nicht belegen, da weder Trainer noch Schwimmer derzeit zu dieser Zeit verfügbar sind.

Für diese Konzeption sind zusätzliche Bahnen nötig:

- L3 (das erwähnte Aufbautraining der 11- und 12-jährigen): 5 Stunden á 2 Bahnen je Woche
- L2 (Aufbautraining der 13- und 14-jährigen): 6 Stunden á 2 Bahnen je Woche
- Spitzengruppe (Anschlusstraining der 15-jährigen und älter): 6 Stunden á 2 Bahnen je Woche sowie eine weitere Bahn für jede Trainingseinheit.

Dies sind insgesamt 51 Bahnenstunden je Woche. Unter anderem sind davon täglich zwei bis vier Bahnen für 1,5 bis 2 Stunden im Frühtraining nötig. Die übrigen Einheiten müssen sich zeitgünstig auf den Nachmittag legen lassen, größtenteils im Bereich zwischen 16:30 und 19:30 Uhr.

2. Trainer

Zur Umsetzung dieses Trainingsumfanges ist für jede der Gruppen Leistungsgruppe 3, Leistungsgruppe 2 und Spitzengruppe je einen hauptamtlichen Trainer anzustellen. Hier ist notwendig, die beiden Teilzeitstellen in Vollzeitkraft auszubauen und noch weitere Stellen zu schaffen, um die Ziele und Entwicklungen der SSG abilden zu können. Neben dem finanziellen Aspekt stellt sich die Herausforderung, adäquates Personal in Zeiten des Fachkräftemangels zu finden.

3. Abstimmung zwischen Schule und Training

Bei den angestrebten Trainingsumfängen ist eine optimale Kooperation zwischen den beteiligten Schulen und dem Training essentiell. Einen wichtigen Baustein liefert bereits die SSG-Homebase mit dem Teilzeitinternat. Darüber hinaus ist, wie oben im Detail erläutert, eine Abstimmung von Stunden- und Trainingsplan zwingende Voraussetzung, damit die Schüler dieses Penum sowohl in der Schule als auch bei Training erfolgreich meistern. Der zeiteffiziente Transport der Schüler zwischen Trainingsstätte und Schule geht damit einher.

4. Finanzielle Mittel

Bei der angestrebten Erhöhung der Trainingsumfänge sind zusätzliche Ausgaben für Trainer in Höhe von ca. 100.000 EUR notwendig. Unsere ehrenamtlichen Trainer erhalten je nach Ausbildungslevel eine Entschädigung von 10,00 EUR bis 15,00 EUR pro Stunde, für hauptamtliche Trainer ist mit mindestens 22,50 EUR pro Stunde zzgl. Arbeitgeberabgaben zu rechnen. Die Wasserkosten im Sportbad erhöhen sich um ca. 20.000 EUR, da jede Bahn pro Stunde aktuell 8,66 EUR kostet. Bei den übrigen Kosten ist von einer Steigerung in der Größenordnung von 20.000 EUR auszugehen, beispielsweise für höherklassige Wettkämpfe, zusätzliche Trainingslager und intensivierte diagnostische Maßnahmen. Insgesamt sind damit ca. 140.000 EUR zusätzliche Kosten zu decken.



Die SSG Braunschweig plant, in den kommenden Jahren sukzessive an der Umsetzung dieser Zukunftsvision zu arbeiten. Dazu sind viele einzelne Schritte notwendig und viele Partner müssen überzeugt werden. Da viele der Fragen sehr grundsätzlicher Natur sind, wird die Umsetzung einige Jahre in Anspruch nehmen.