

Vorarlberger Landeskader

Poomsae | Freestyle | Demo

Eve Hepp
2024

KONZEPT INHALT

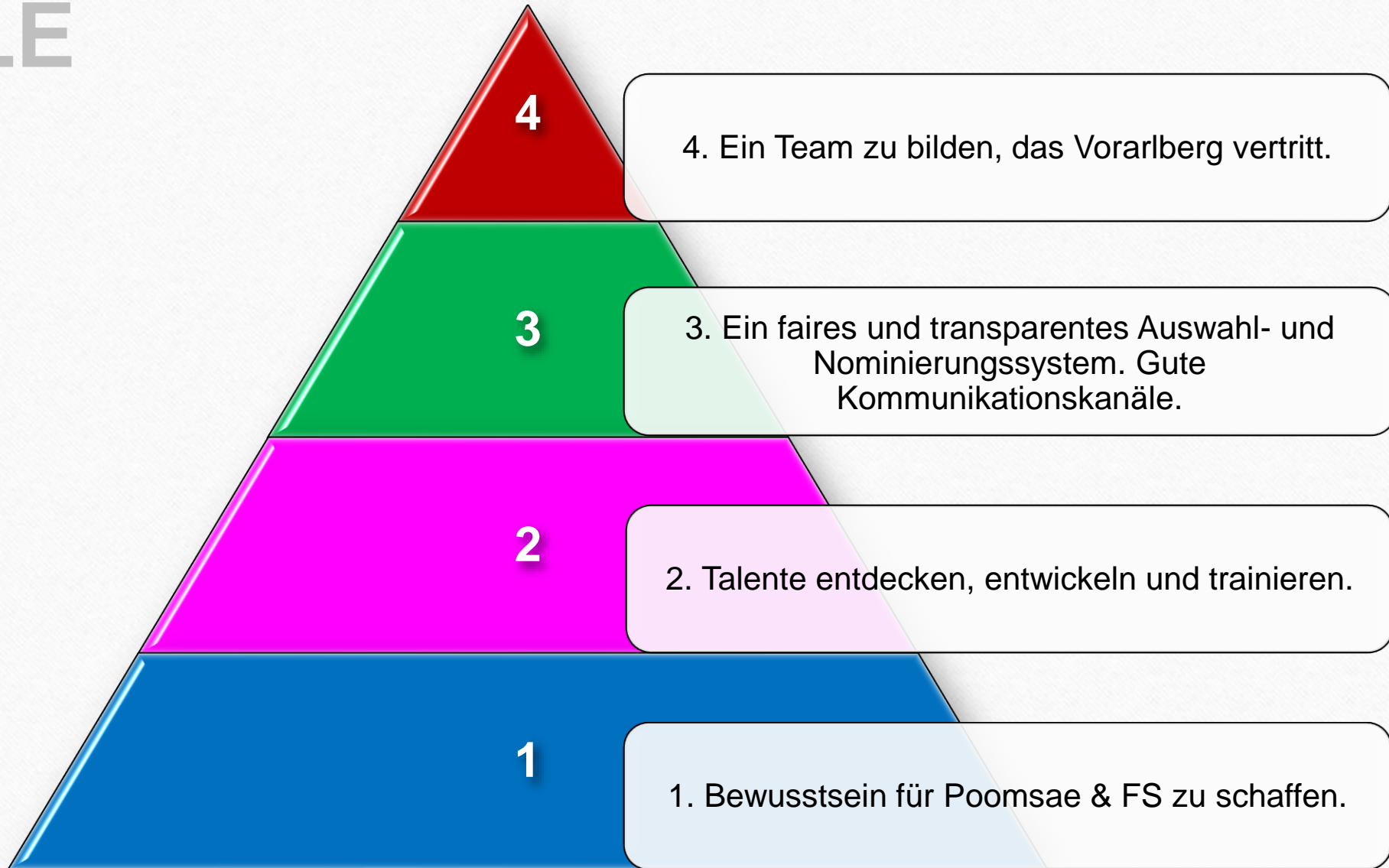




LEITBILD

Talente
fördern, entdecken und entwickeln,
um Vorarlberg
in den Disziplinen
Kyorugi, Poomsae & Freestyle
national und international
zu repräsentieren.

ZIELE



STRATEGIE

ZIEL

1

**Bewusstsein für
Poomsae & FS zu
schaffen**

- Workshops
- Seminare
- Lehrgänge
- „Train the trainers“
- Demo

ZIEL

2

**Talente entdecken,
entwickeln und
trainieren**

- Sichtung
- Landeskader-Training
- Ausrüstung
- Halle

ZIEL

3

**Nominierungs-
system &
Kommunikations-
kanäle.**

- Klares
Nominierungssystem
- Aufnahme Kriterien
- Auswahl des
Landeskader Teams

ZIEL

4

Team Vorarlberg

- Auswahl der
Punkteturnier
- Einreichung der
Turniерergebnisse
- Internationale Turniere
- Class A / G1 Turniere

JOBDESCHREIBUNG (LANDESKADER TRAINER)

Organisation

- Berichtet direkt an den Sport Direktor.
- Entwicklung von Konzepten und Richtlinien.
- Aufbau einer Beziehung zwischen den Vereinstrainern und Sportlern.

Ausbildung

- Durchführung von Workshops und Seminaren.
- Einladung von Gasttrainern mit entsprechender Freigabe durch dem Vorstand.

Training

- zur Planung von Makro-, Mikro-Trainingsplänen.
- Verantwortlich für das gesamte Landeskader-Training.
- Führt Briefing, Debriefing, Evaluationen und Feedback der Sportler beim Kadertraining durch.

Aufnahmekriterien

- Konsolidierung aller Ergebnisse, die von den Vereinstrainern eingereicht wurden.
- Vorbereitung und Einreichung einer Nominierungsliste an den Sport Direktor.

Coaching

- Vorbereitung, Registrierung und Coaching der Vorarlberger Landeskader.

JOBDESCHREIBUNG (ERWARTUNGEN AN DIE TRAINER)

Organisation

- Berichtet direkt an den Landeskader Trainer.

Training

- Planung und Durchführung von Makro-, Mikro-Trainingsplänen für Kader Sportler im Verein
- Prüfen der Trainingsheft und Abgabe während der Landeskader-Trainings.
- Teilnahme an mindestens zwei Landeskader-Trainings pro Jahr.
- Führt Schulungen, Briefings, Debriefings, Evaluationen und Feedback in den eigenen Vereins durch.

Aufnahmekriterien

- Stellt sicher, dass die Sportler die Aufnahme Kriterien erfüllen.
- Konsolidierung aller Ergebnisse, die von den Sportlern erzielt wurden.
- Vorbereitung und Einreichung eines Nominierungsvorschlages beim Landeskader Trainer.

Coaching

- Vorbereitung, Registrierung und Coaching der eigenen Sportlern für ausgewählte Punktturniere.

JOBDESCHREIBUNG

(ERWARTUNGEN AN DIE SPORTLER)

Organisation

- Berichtet direkt an den Vereinstrainer.

Einstellung

- Ist verantwortlich für das eigene Verhalten.
- Besitzt eine positive Trainingseinstellung.
- Teamplayerqualitäten.
- Enge Zusammenarbeit mit dem eigenen Trainer und dem LK Trainer.

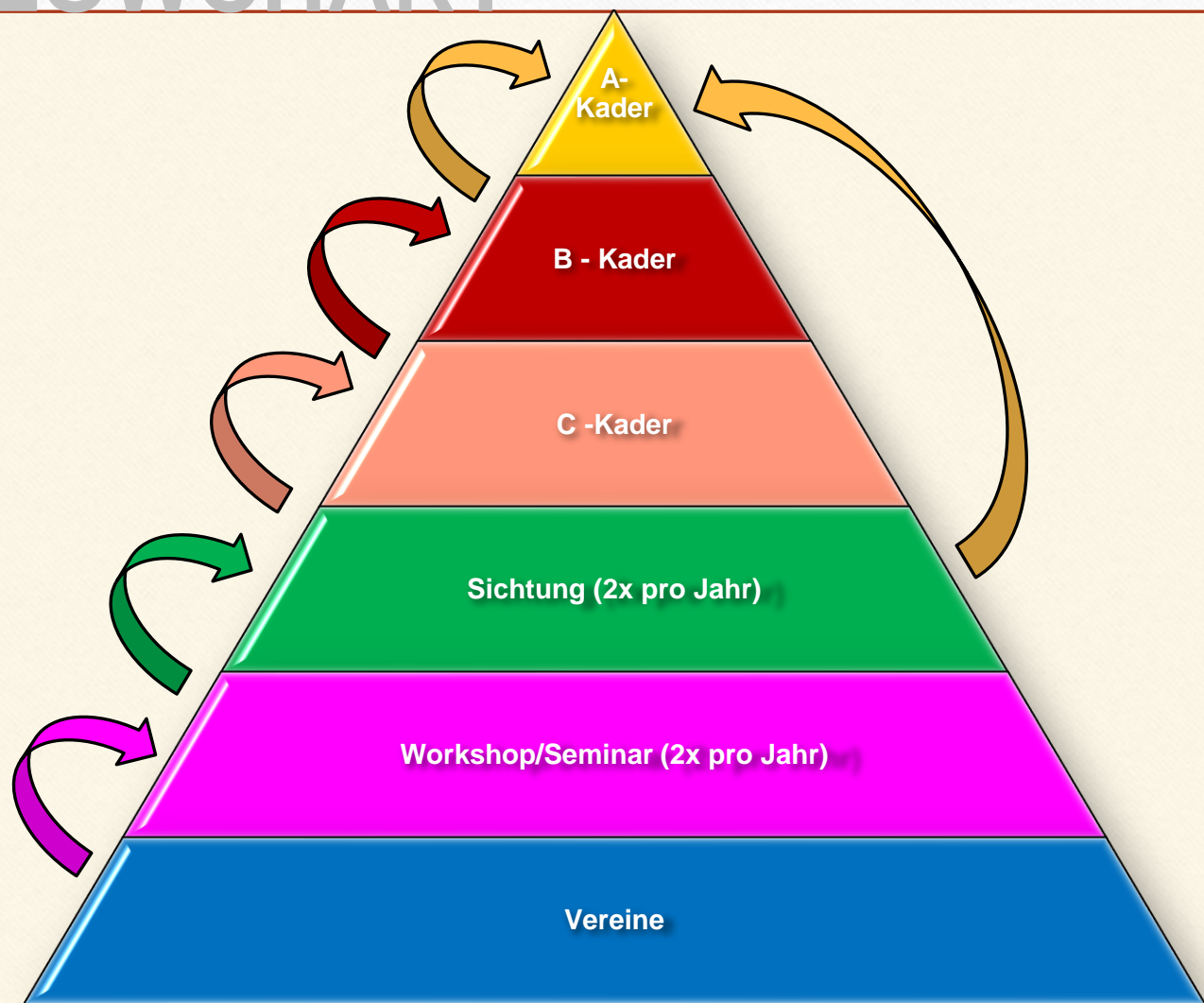
Training

- Genaues Führen eines Trainingsheft, und dessen Abgabe bei den Landeskader-Trainings.
- Teilnahme an mindestens drei Landes Kader Trainings pro Jahr.

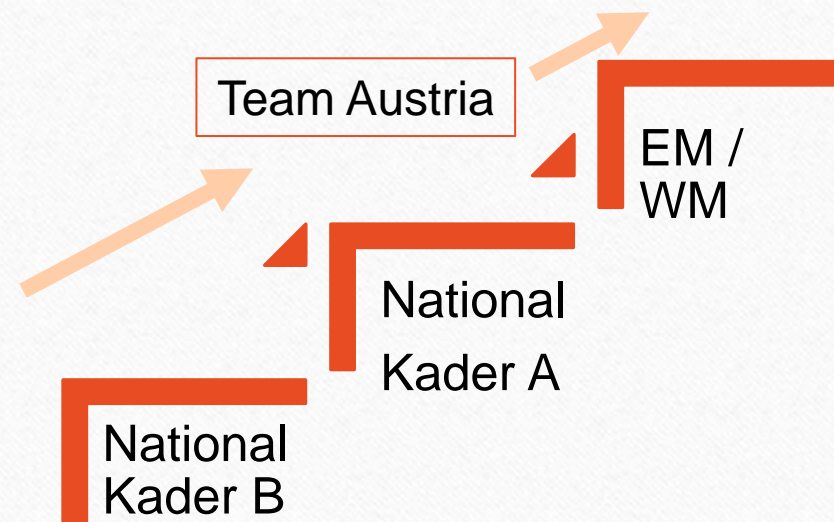
Aufnahmekriterien

- Entsprechende Vorbereitung für die Sichtung, und Erfüllung der Mindestanforderungen.
- Konsolidierung aller Ergebnisse zusammen mit dem Trainer.

FLOWCHART



Vorarlberg



AUFNAHMEKRITERIEN

	(P) C-Kader	(P) B-Kader	(P) A-Kader
Mindestalter:	7 J.	7 J.	12 J.
Mindest-graduierung:	10. KUP LK 2	8. KUP LK 2	2. KUP LK 1
Grundlage – Dehnbarkeit:		Spagat	Neg. Spagat
Grundlage – Spezifisch (TKD):		Apchagi (high heels)	Yop-chagi
Formen:	1. Taeguk	Laut Formen Tabelle	Laut Formen Tabelle
Turnier (P) (FS) – pro Jahr:		4 Poomsae	4, davon 2 internationale

AUFNAHMEKRITERIEN

	(FS) B-Kader	(FS) A-Kader
Mindestalter:	9 J.	10 J.
Mindest-graduierung:	8. KUP LK 2	2. KUP LK 1
Grundlage – Dehnbarkeit:	Neg. Spagat	Neg. Spagat
Grundlage – Spezifisch (TKD):	G. Yop-chagi	5 Elemente
Formen:		Choreographie
Turnier (P) (FS) – pro Jahr:	4 Poomsae 4 FS	4 Poomsae 4 FS, davon 2 internationale

AUFNAHMEKRITERIEN

Erwartungen- Hausübungen:	2x pro Woche
Erwartungen- Logbuch:	Jeder Training
Erwartungen- Trainer:	Vereins intern Kommunikation
Training:	Jeden Samstag 09:00 – 12:00
Kosten:	€ 100,- pro Jahr

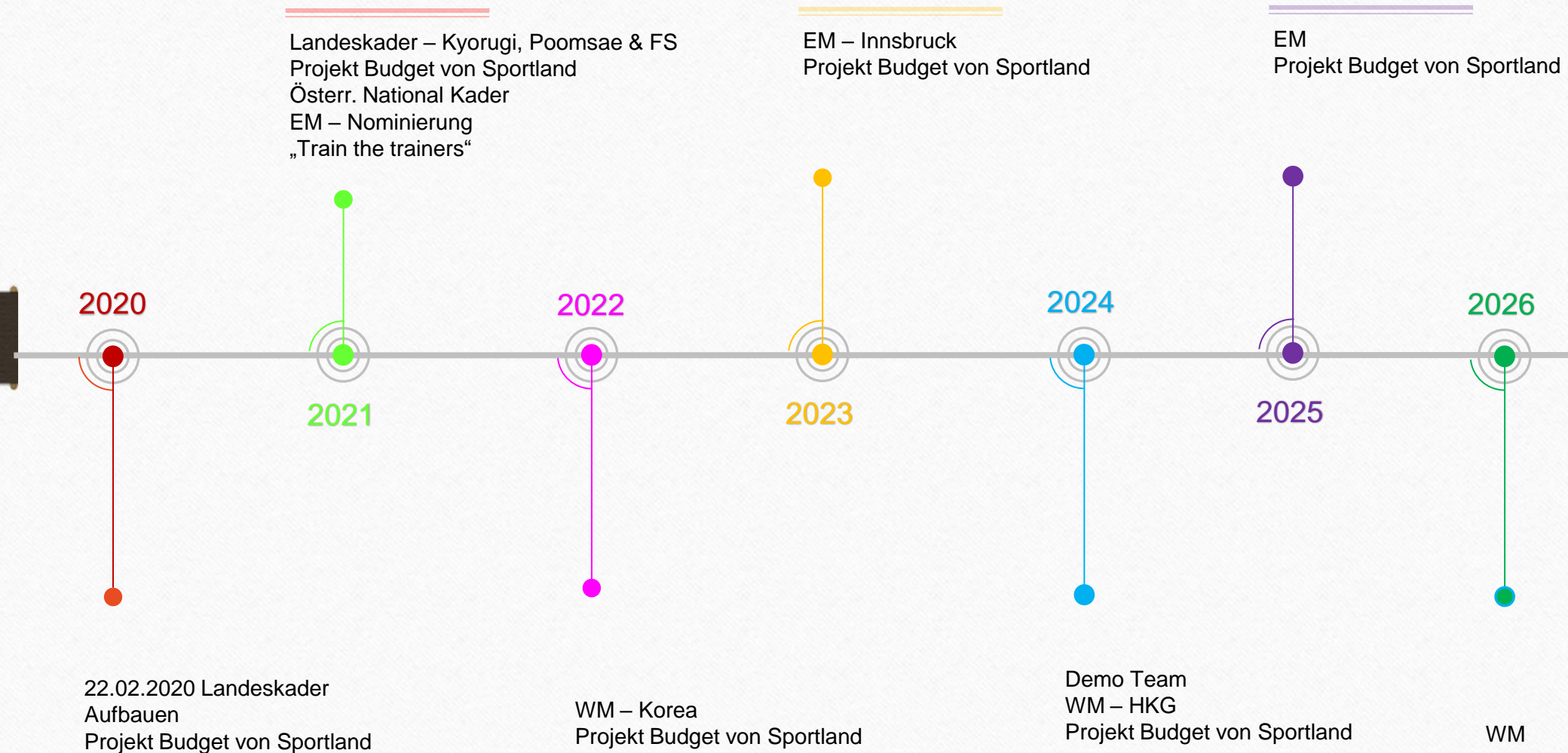
DEMO TEAM – THE DREAM TEAM

- Das DREAM Team repräsentiert den VTDTV durch dynamische, kraftvolle und aufregende Vorführungen bei verschiedenen Veranstaltungen in Vorarlberg.
 - Die Teammitglieder sind bestrebt, ihr Bestes zu geben und in 5 Bereichen das Beste zu zeigen: Kyorugi, Poomsae, Freestyle, Selbstverteidigung und Bruchtests.
-
- Die Mitglieder der Kaderteams werden automatisch auch für das Demonstrationsteam "The Dream Team" ausgewählt. Sie brauchen keine Mitgliedsbeiträge zu entrichten.
 - Die Trainer aus den Vereinen könnten ihre Athleten für die Demo-Teams als Gastsportler nominieren, um ihren Athleten die Teilnahme auf Projektbasis zu ermöglichen. Diese Nominierten müssen an allen Trainings zu den jeweiligen Projekten teilnehmen.
 - Die Trainingsgebühren richten sich nach der Anzahl der Trainings, die für die Leistung erforderlich sind.

JAHRESPLAN-ZEITPLAN

	2024											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
A. Workshops (Trainer)												
B. Sichtung												
C. Auswahl und Veröffentlichung der Kaderliste												
D1. Ausgewählten Turniere		x	x		x				x	x		x
D2. Demonstration Auftritt			x								x	
D3. Einreichung der Leistung (ÖTDV)												

MEILENSTEINE



PUNKTE TURNIER

Turniere	Datum	Ort	Status
Int. Kinderturnier (bis 14J.)	Sonntag, 18. Februar 2024	Esslingen-Germany	Nachwuchs
Bulgaria Open Poomsae	Montag, 4. März 2024	Sofia	G1
Offene OÖ LM	Samstag, 23. März 2024		Kyorugi/Poomsae
Int. Mustang Championship	Samstag, 18. Mai 2024	Feldkirch	Kyorugi/Poomsae
Austrian Open Pommsae	Samstag, 1. Juni 2024	Südstadt	G1
Int. Euregio Open	Samstag, 12. Oktober 2024	Innsbruck	Kyorugi/Poomsae
Croatia Open Pommsae	Samstag, 12. Oktober 2024	Zapresic	G1
Worlds Poomsae Championships	Samstag, 23. November 2024	Hong Kong	G8

MEISTERSCHAFT STATISTIK

Name des Sportlers:		Verein:	Taekwondo MUSTANG	FREESTYLE	
Geschlecht:	männlich	Zeitraum:	2018	Einzel:	5
Jahrgang:	2003	Trainer:	Eve Hepp	Paar:	1
Alte:	15			Team:	3
Alteklasse:	Junior			Gesamtestart:	9
Gürtel:	1 DAN			Meisterschaften (min. 2x)	5

KATEGORIE: EINZEL FREESTYLE

s/n	Nachname	Nachname1	Vorname	Altersklasse	Kategorie	Teilnehmer	Platzierung	Gold	Silber	Bronze	Points	Datum	Meisterschaft	Seite
1				u. 18	Einzel FS	9	5				5	16.03.2018	Belgian Open	
2				u. 18	Einzel FS	9	9				1	04.06.2018	Austrian Open	
3				u. 18	Einzel FS	4	2		1		2	16.07.2018	British open	
4				u. 18	Einzel FS	3	1	1			3	21.10.2018	ÖSTM	
5				u. 18	Einzel FS	2	1	1			2	01.12.2018	Park Pokal	
								2	1	0	13			

KATEGORIE: PAAR FREESTYLE

s/n	Nachname	Nachname1	Vorname	Altersklasse	Kategorie	Teilnehmer	Platzierung	Gold	Silber	Bronze	Points	Datum	Meisterschaft	Seite
1				u. 18	Paar FS	3	1	1			3	21.10.2018	ÖSTM	
								1	0	0	3			

KATEGORIE: TEAM FREESTYLE

s/n	Nachname	Nachname1	Vorname	Altersklasse	Kategorie	Teilnehmer	Platzierung	Gold	Silber	Bronze	Points	Datum	Meisterschaft	Seite
1				u. 18	Team FS	7	6				2	04.06.2018	Austrian Open	
2				u. 18	Team FS	1	1	1			2	16.07.2018	British open	
3				u. 18	Team FS	2	1	1			2	21.10.2018	ÖSTM	
								2	0	0	6			



Eltern support

Poomsae & Freestyle Eventlepp

Stadtmeisterschaft in Salzburg 2023



ÖM 2023 in Salzburg