

JUDO
AUSTRIA



Leistungssportkonzept 2024

Stand 04.01.2024



Leistungssportkonzept

Ziele

Strategische Schwerpunkte

ÖJV-Bundesstützpunkt

ÖJV-Stützpunkte

TrainerInnensystem

Arbeitsschwerpunkte

Ergebnisziele:

- 6 AthletInnen bei OS 2024 + Teambewerb
- Top 30 in 10 GWK
- mind. 2 Medaillen bei WM bis 2024
- mind. 1 Europameister bis 2024
- U21: mind. 5 Medaillen bei EM/WM bis 2024
- U18: mind. 20 Top-7 bei EM/EYOF/WM bis 2024

Struktur- und Prozessziele:

- ÖJV-Bundesstützpunkt (BSP)
- ÖJV-Stützpunkte (SP): Ziel 6 ÖJV-SP
- beste NT durch Schwerpunktsetzung und Ausschreibung
- mehr angestellte Trainer in Österreich (Ziel: mind. 1 Trainer pro LV)





Strategische Schwerpunkte

- Konzept auf Basis von aktuellen Best-Practice-Beispielen
- Intensivierung des Austausches mit Sportwissenschaft
- Gemeinsames Training in Österreich
(z.B. A-Kader absolviert 75% aller Trainingsmaßnahmen gemeinsam)
- Ressourcen in föderalistischem System optimal nützen
(z.B. SportlerInnen bleiben auf ihren Stützpunkten, Mittel können effizienter genutzt werden)
- Klare Einordnung aller Beteiligten (Nationaltrainer, Landestrainer, etc) mit Rollen, Verantwortlichkeiten und Pflichten in diesem Leistungssportkonzept
- Transparent, nachvollziehbar und offen kommuniziert

ÖJV-Bundesstützpunkt

→ Olympiazentrum Oberösterreich

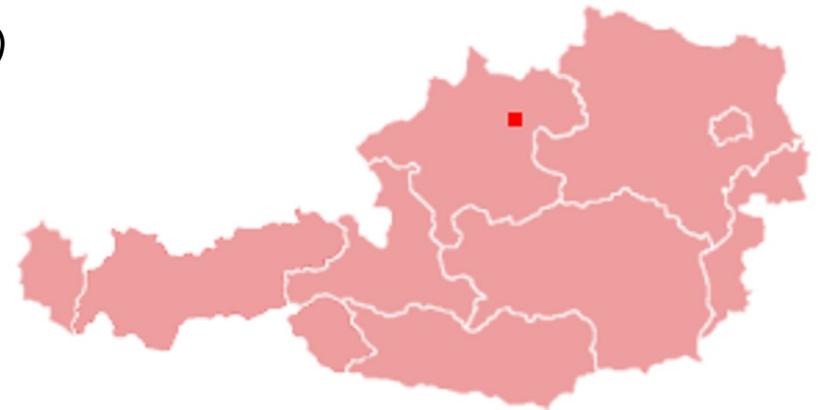
Zentrale Lage (Wien 180km, Salzburg 130km, fußläufig von Bhf)

Optimale Infrastruktur

- Judohalle (ca. 350m² Mattenfläche, Ergometer, Büro, Tribüne)
- Krafttrainingsbereiche mit modernem Equipment
- Umfeldbetreuung (Ernährung, Physio, Medizin, Psychologie)
- Zimmer & Essen im Haus

Organisation

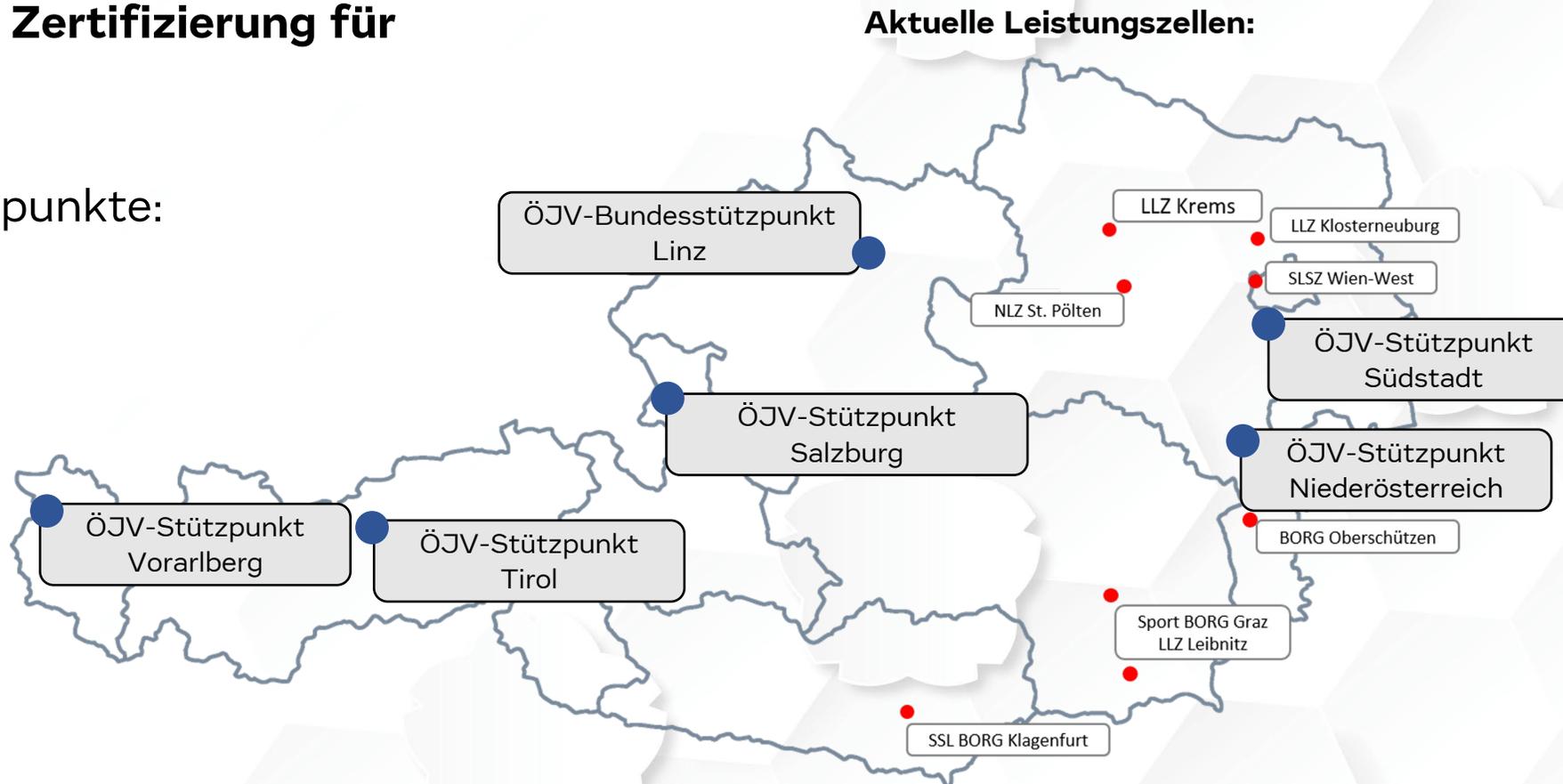
- Olympiazentrum 100% in Landesbesitz
- Landessportdirektion angeschlossen an OZ



Klare Kriterien und Zertifizierung für ÖJV-Stützpunkte

Aktuelle ÖJV-Stützpunkte:

- Südstadt
- Tirol
- Vorarlberg
- Salzburg
- Niederösterreich



Zielgruppe:

- „verpflichtend“: Top-Kader + HSZ/Polizei-AthletInnen
- „optional“: KaderathletInnen U21/U23/Übergang

Trainingskonzept:

- Zentrale Trainingsplanung durch Headcoach (Trainingsplan für Folgewoche bis Freitag)
- Wöchentliche Trainingszusammenzüge („Kerntraining“, mind. Dienstag bis Donnerstag) am ÖJV-Bundesstützpunkt bzw. den ÖJV-Stützpunkten
- „Stützpunkttraining“ (Montag, Freitag, Samstag) an ÖJV-Stützpunkten
- Zusammenzug aller NationaltrainerInnen bei „Kerntraining“ (nach Möglichkeit)
- Optimales Betreuungsverhältnis bei „Kerntraining“
- Direkte Kommunikationslinie Headcoach + ÖJV-StützpunkttrainerInnen (wöchentliches Jour-Fixe)

TrainerInnensystem

Vorstand

Sportdirektor

Markus Moser

Headcoach/NT Elite

100% Zuständigkeit über Elite (A-Kader, HSZ) **24/7 (Jän-Dez)**

NT Übergang

Verantworten die Bereiche U21/U23 sowie den Übergang in das Olympiateam.

NT Nachwuchs

Altersbereiche U16/U18

NT HSZ

Einsatz nach Rücksprache mit Headcoach in allen AK, Betreuung HSZ

NW-Koordinator

Unterstützt Sportdirektor und NW-Trainer, setzt neue Impulse

Elite

Übergang

Nachwuchs

Headcoach

Yvonne Snir-Bönisch

Nationaltrainer Elite

Robert Krawczyk

Nationaltrainer HSZ

offen

Nationaltrainer Übergang

Bela Riesz

Nationaltrainer Übergang

Jaromir Jezek

Nationaltrainer Nachwuchs

Martin Grafl

Nationaltrainer Nachwuchs

Bernhard Weißsteiner

NW-Koordinator

Michael Winkler

ÖJV-Bundesstützpunkt
ÖJV-Stützpunkte

Stützpunkt Linz

Florian Doppelhammer

Stützpunkt Südstadt

Toni Summer, Axel Eggenfellner

Stützpunkt Tirol

Anna-Katharina Told

Stützpunkt Vorarlberg

Michael Greiter

Stützpunkt Salzburg

Marianne Niederdorfer, Julius Meinel

Stützpunkt Niederösterreich

Adi Zeltner

LVs & Vereine

Landes- und VereinstrainerInnen



A-Kader

Spezialisierung des individuellen Technikprofils
Taktische Spezialisierung (Gegner, Situation, etc.)
Trainingshäufigkeit und -Qualität in Anlehnung an int. Spitze
Motivations- und Durchhaltevermögen in Training & WK

Übergang (U21/U23)

Weiterentwicklung des individuellen Technikprofils
Entwicklung von technischen Lösungen für Situationen (Taktik)
Physische "Eintrittskarte" in AK schaffen (Train & Test)
Leistungssport als Lebensentscheidung (VollzeitsportlerIn am BSP)

Kadetten (U18)

Erarbeitung des individuellen Technikrepertoires mit Angriff in alle Richtungen
Kombinieren, blocken, übernehmen, Finten, Ashi-Waza
Stand-Boden-Übergang (und Ne-Waza) als essentieller Bestandteil
Vertrauen in offensives Kampfverhalten ("Siegen wollen vs. Niederlage verhindern")

SchülerInnen (U16)

Judo-Basiselemente (Körperposition, Bewegen, Griff, technische Vielfalt in Stand und Boden)
Fokus auf Technikerarbeitung und Schulung in Judo und Krafttraining (Voraussetzungen schaffen!)
Übergang vom Vereinstraining und Wille zum Leistungstraining

Danke!



ÖSTERREICHISCHER JUDOVERBAND

Wehlistr. 29/1/111 | 1200 Wien
office@judoaustria.at | www.judoaustria.at

@ JudoAustria  JudoAustria