



Schwierigkeiten aber auch die Möglichkeiten dieses Bereichs auf. „Von der Talentfindung, der Selektion bis hin zur Entwicklung dieser Talente ist es ein weiter weg“, so Thienes.

Dabei gibt es einigen Stolpersteine aus dem Weg zu gehen, außerdem gibt es nur einen geringen Zusammenhang zwischen Erfolgen im Kindes- und im Erwachsenenalter.

Entscheidend ist für Thienes aber ohnehin etwas anderes: „Aufgabe der Trainer ist es aus meiner Sicht nicht, dass die Kinder und Jugendlichen lebenslang erfolgreich meine Sportart betreiben, sondern, dass sie lebenslang mit Freude generell Sport betreiben.“

Damit dies gelingen kann, muss der Trainer auch psychologische Fertigkeiten besitzen und einsetzen. Nicht zuletzt deshalb forderte der Schweizer Sportpsychologe Hanspeter Gubelmann: „Die besten Trainer müssen in den Nachwuchs!“

Gerade im Nachwuchsbereich sei eine breite sportliche Förderung und keine wettkampforientierte Frühförderung wichtig. Einen zentralen Stellenwert nimmt auch die Unterstützung zur Selbständigkeit ein. Einen allgemein richtigen Ansatz für die sportpsychologische Begleitung gibt es dabei nicht, denn jeder Nachwuchssportler ist eine eigene Persönlichkeit. „Es ist ein Weg der permanenten Herausforderung und das über Jahre hinweg“, erklärt Gubelmann.

Ebenfalls eine große Herausforderung ist der Einsatz von Übungsmethoden in den Trainingsalltag. Mattias Schnitzer präsentierte in Bozen das Thema „Life Kinetik“.

Dabei handelt es sich um ein vom deutschen Horst Lutz entwickeltes Bewegungsprogramm mit Wahrnehmungs- und kognitiven Aufgaben, das den Sportler durch ungewöhnliche Übungen vor ständig neue Herausforderungen stellt.

Dadurch soll das Gehirn stimuliert und somit eine verbesserte Leistungsfähigkeit in allen Bereichen erreicht werden. Schnitzer – u.a. Konditionstrainer von Skiass Dominik Paris – baut diese ganzheitliche Methode bereits seit einigen Jahren erfolgreich in seine Trainingseinheiten ein. Auch zahlreiche Profisportler und Fußballteams der deutschen Bundesliga schwören auf „Life Kinetik“.