



Konzept Nachwuchsleistungssport des SHLV 2025 – 2032

Stand 20.05.2026



Inhalt:

➔ Analyse - Ist-Stand

➔ Folgerungen

- 12 Bausteine der Nachwuchsförderung

➔ Baustein 1 - Im Mittelpunkt - Kinder und Jugendliche

➔ Baustein 2 - Schule und Sport sitzen im selben Boot

➔ Baustein 3 - Talentsichtung

➔ Baustein 4 - Trainer: Aus- und Fortbildung

➔ Baustein 5 - Hindernisse rechtzeitig erkennen

➔ Baustein 6 - Medizin, Pädagogik, Psychologie

➔ Baustein 7 - Regionalzentren - Inhaltliche und geographische Schwerpunkte bilden

➔ Baustein 8 - Kadersysteme - Struktur des langfristigen Leistungsaufbaus

➔ Baustein 9 - Wettkämpfe

➔ Baustein 10 - Training: Planung, Analyse, Steuerung

➔ Baustein 11 - Kritische Reflexion, wissenschaftliche Forschung

➔ Baustein 12 - Fördermaßnahmen

Einführung

Das Konzept Nachwuchsleistungssport ist als Leitfaden zu sehen, wo die Ziele des SHLV im Nachwuchsleistungssport sind. Es muss immer wieder angepasst werden.

Der Einsatz der Landestrainer ist gesondert zu betrachten.

- Analyse - Ist-Stand Kaderverteilung 23/24 bis 25/26

23/24	PK	NK1	NK2	LK-F	LK-U23
Lauf	1	2		4	
Sprint/Hürde		1	3	8	3
Wurf				2	1
Sprung	1	1	2	5	2
MK		2		6	1
24/25	PK	NK1	NK2	LK-F	LK U23
Lauf	2		1	7	3
Sprint/Hürde		1	1	13	4
Wurf				5	
Sprung		1	3	15	1
MK		1		6	1
25/26	PK	NK1	NK2	LK-F	LK U23
Lauf		1	1	6	2
Sprint/Hürde		3	1	10	1
Wurf			1	6	
Sprung			5	15	1
MK			1	8	

Positiv ist, dass die Landeskaderzahlen stabil sind, auch ohne viele Wildcards zu vergeben, was in den Jahren davor geschehen ist. Die Zahl der Landeskader U23 wird weniger.

Eine sehr positive Entwicklung zeigen der Sprint und der Sprung, hier gilt es für die nächsten Jahre die Athleten in den jeweils nächsthöheren Kader zu entwickeln.

➔Folgerung

Hauptaugenmerk auf die Kinder und Jugendlichen

Siehe auch Konzept Team Future

Damit das Ziel erreichbar wird, werden wir die Nachwuchsförderung in 12 Bausteine aufteilen.

Baustein 1: Im Mittelpunkt - Kinder und Jugendliche

Kinder und Jugendliche haben motorische Grundbedürfnisse.

Das Ausleben der motorischen Grundbedürfnisse im frühen Kindesalter ist die entscheidende Grundlage zum Erlangen für spätere motorische Fähig- und Fertigkeiten in der jeweiligen Disziplin.

Um einen frühzeitigen Ausstieg aus dem Sport zu vermeiden, bedarf es folgender Parameter:

- KOMPETENZ - um Fähigkeiten zu erlernen
- FITNESS - um stärker zu werden
- SOZIALE INTEGRATION - mit Freunden zusammensein können
- **FUN**
- SPANNUNG/ABENTEUER - Action

Daher, was brauchen Kinder und Jugendliche, um sich sportlich entwickeln zu können:

- ➔ Altersgerechte Bewegungs- und Sportangebote
- ➔ Soziales Zusammenleben
- ➔ Verständnisvolle Eltern, Lehrer und Trainer*innen
- ➔ Kindergärten und Schule
- ➔ Bewegungsmöglichkeiten im persönlichen Umfeld

Was muss der SHLV in der Nachwuchsförderung bieten:

- ➔ Begabtenförderung
- ➔ Begabung ausloten
- ➔ Entwicklung der individuellen Persönlichkeit

Baustein 2: Schule und Sport sitzen im selben Boot

Die Kooperation zwischen Leistungssport und Schule ist entscheidend für ein wirksames System der Nachwuchsförderung.

Daher sind an den jeweiligen Landesstützpunkten folgende Talenteschulen des Sports:

Landesstützpunkt Ost

Hans-Geiger-Gymnasium Kiel
Thor Heyerdahl Gymnasium Kiel
Johann-Heinrich-Voß-Schule Eutin

Landesstützpunkt Süd

Oberschule zum Dom Lübeck mit Tagesinternat
Holstentorgemeinschaftsschule

Landesstützpunkt Nord

Fördegymnasium Flensburg Talentschule des Leistungssports – Internat(Handball)
Kurt-Tucholsky-Schule Flensburg - Internat
Friedrich-Paulsen-Schule Niebüll
Hermann Test Schule Husum

Landesstützpunkt West

Johannes-Brahms-Schule Pinneberg
Auguste Viktoria Schule Itzehoe
Jürgen-Fuhlendorf Schule Bad Bramstedt

Baustein 3: Talentsichtung

Nicht die „Besten“, sondern die „Geeignetsten“ gilt es zu finden.

Wie kann man Talente finden

- ➔ Im Training - ein Talent entwickelt sich bei gleichen Übungen schneller
- ➔ Bei sportmotorischen Tests
- ➔ Bei sportspezifischen Tests

→ Talentsichtung im SHLV

→ Projekt Mehrsprungcup



Liebe Athleten/Innen, liebe Trainer/Innen

Wir laden euch herzlich zu unserem 1. SHLV Talente Mehrsprung Cup 2024 in der Leichtathletikhalle in Bredstedt ein. Hier gibt es die Möglichkeit Euch in Tests und Disziplinen zu erproben, die stark verknüpft sind so oft auf Euren Wettkampfkalender stehen und dennoch entscheidend für Eure weitere Leistungssteigerung in der Leichtathletik sein können. Es ist immer gut seine Schwächen und Stärken zu kennen und zu wissen, welche Leistungsparameter vielleicht noch besser trainiert werden müssen. Der Sichtungswettbewerb hat folgendes Format:
 Ser Mehrsprung: 3 Versuche
 DJ - Dropjump: 3 Versuche
 CMJ - Countermovement-Jump: 3 Versuche
 30 m Frequentlauf: 2 Versuche
 Weitsprung: 3 Versuche links Absprünge, 3 Versuche rechts Absprünge
 30 m Frequentlauf: 2 Versuche
 Teilnahmeberechtigt ist die Altersklasse der U12 - U18. Heimtrainer sind herzlich eingeladen.
 Wir würden uns über eine zahlreiche Teilnahme sehr freuen.
 Wir wünschen Euch weiter ein erfolgreiches Jahr 2025.
 Annette Jürgens (Leitende Landesleiterin SHLV)



1. SHLV Talente Mehrsprung-Cup

21.12.2024

Sporthalle Bredstedt

Süderstr. 77 - 79, 25821 Bredstedt



Anschubans

Veranstaltung: 1. SHLV Talente Mehrsprung Cup

Datum: 21.12.2024

Zeitpunkt: Startzeit: 14 Uhr

Ort: Bredstedt, Süderstr. 77 - 79

Meldedaten: Name, Vorname, Geburtsdatum,

Verein

Meldeschluss: 01.12.2024

Meldung an:

lelands_landesleiterin@shlv.de

Altersklassen: U12 - U18

Disziplinen: siehe weiter im Flyer

Wertung: Punktwertung

1. Platz - 1 Punkte; 2. Platz 2 Punkte usw.

Wer die wenigsten Punkte hat, hat gewonnen.



Messen und Wiegen

Ser Mehrsprungcup



30 m Frequentlauf



Drop Jump



CMJ



30 m Frequentlauf



Weitsprung R und re



30 m Frequentlauf



30 m Frequentlauf

Drop Jump

Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump



Drop Jump

→ Sprung Cup – 2 x im Jahr – Teilnahme DLV Sprung Cup

→ Team Future – Kadertest – DLV Landeskadertest + Koordinationstest

oben drüber unten durch - Rolle vw/rw - balancieren - Schlingellauf - Kreuzspringen - Sprint zurück



→ Sommercamps

Verteilung über Schleswig-Holstein/Stützpunktanbindung

Altersgruppe U12 – U16 (es können sich alle Kinder melden)

→ SHLV – Trainingslager für ausgewählte Kaderathleten

Basierend auf den Ergebnissen der Talent- und Kadertestung ergeben sich folgende Zielsetzungen:



Die Talentsichtung ist eingebettet in den Rahmen des DLV - Nachwuchsleistungssportkonzeptes



→ Übersicht Sichten und Fördern im SHLV

Sichten und Fördern im SHLV

Grundschule	Grundschulung	Verein 1 - 2 mal pro Woche
		Ziel: Schule - Talentaufbaugruppe 1x pro Woche
		Teilnehmende Schulen - Ernennung zum SHLV Schulsportzentrum
		Kids-Cup Run and Jump
		Mehrsprung Cup
Gymnasium oder Realschule	Grundlagentraining	Verein 2 - 3 mal pro Woche
		Von der Talentaufbaugruppe zum Regionalstützpunkt
		Teilnahme an Feriencamps
		AK 13 - AK 14 E-Kadersichtung
		AK 14 - 15 Ernennung E.Kader - Lehrgänge des SHLV
		Ausgewählte E-Kader AK 15 Angebot Verbandstrainingslager
	E-Kader 1- 2 pro Woche Stützpunkttraining	
	Aufbautraining	Verein 4 - 5 mal pro Woche
		Ziel - Wechsel in eine Talentschule des Sports
		AK 15 Überführung LK-F
		Teilnahme an Feriencamps
		LK-F Kaderlehrgänge
		Stützpunkttraining Angebot bis 3x pro Woche
Angebot für ausgewählte Athleten*innen - Verbandstrainingslager		
Sportmedizinische Untersuchung für ausgewählte Athleten*innen		
Ziel - Beratung - Ernährung - Karriere -		

→Trainerstruktur für die Kadermaßnahmen

Leitende Landestrainerin - Annelie Jürgens - hauptamtlich

Stand 03.01.2026

Block Sprint

Hürde
Dirk Riekmann

Sprint
Antonia Farr

Block Sprung/MK

MK weiblich Dirk Schulz
MK männlich Pobanz/
Jürgens

Hoch
Katja Pobanz/
A.Jürgens

Weit/Drei
Katja Popanz/A.Jürgens

Stabhochsprung
Sabine Schulte
Honorar

Block Lauf

Lauf
Andreas Fuchs

Block Wurf

Speer
NN

Kugel/Diskus
Matthias Thriene.

4 Regionalstützpunkte - 1 Landesstützpunkt

Flensburg/
Bredstedt

Kiel

Malente/LSP

Meldorf

Lübeck

Nachwuchstrainer Matthias Thriene

→Baustein 4 – Trainer: Aus und Fortbildung

Der Erfolgstrainer im Nachwuchsleistungssport zeichnet sich durch seine pädagogische und fachliche Kompetenz aus. Nur wer über ein fundiertes Fachwissen und reflektierte Praxiserfahrung verfügt, kann im Bereich des Nachwuchsleistungssports kompetent und verantwortungsbewusst handeln.

Patenschaften für Jungtrainer

Daher die Forderung: Hauptamtliche Landestrainer in der Aus- und Fortbildung

Baustein 5 - Hindernisse rechtzeitig erkennen helfen

Grundsätzliches Ziel der Karriereplanung ist das Erkennen von Hindernissen in der sportlichen Laufbahn der Kinder und Jugendlichen.


Daher gilt: Konkrete Ziele müssen in regelmäßigen Abständen festgelegt werden zwischen:

- ➔ Athlet*in
- ➔ Eltern
- ➔ Heimtrainer
- ➔ Verbandstrainer

Baustein 6 – Medizin, Sozialpädagogik, Psychologie

Das brauchen Nachwuchsathleten:

- ➔Informationen - zwischen Eltern und Trainern
- ➔Soziale Unterstützung - von Eltern, Trainern und Verband
- ➔Ganzheitliche Betreuung - medizinisch-therapeutisch
- ➔Nicht bloß machtorientierte, egoistische Ziele - von Eltern und Trainern
- ➔Dopingprävention

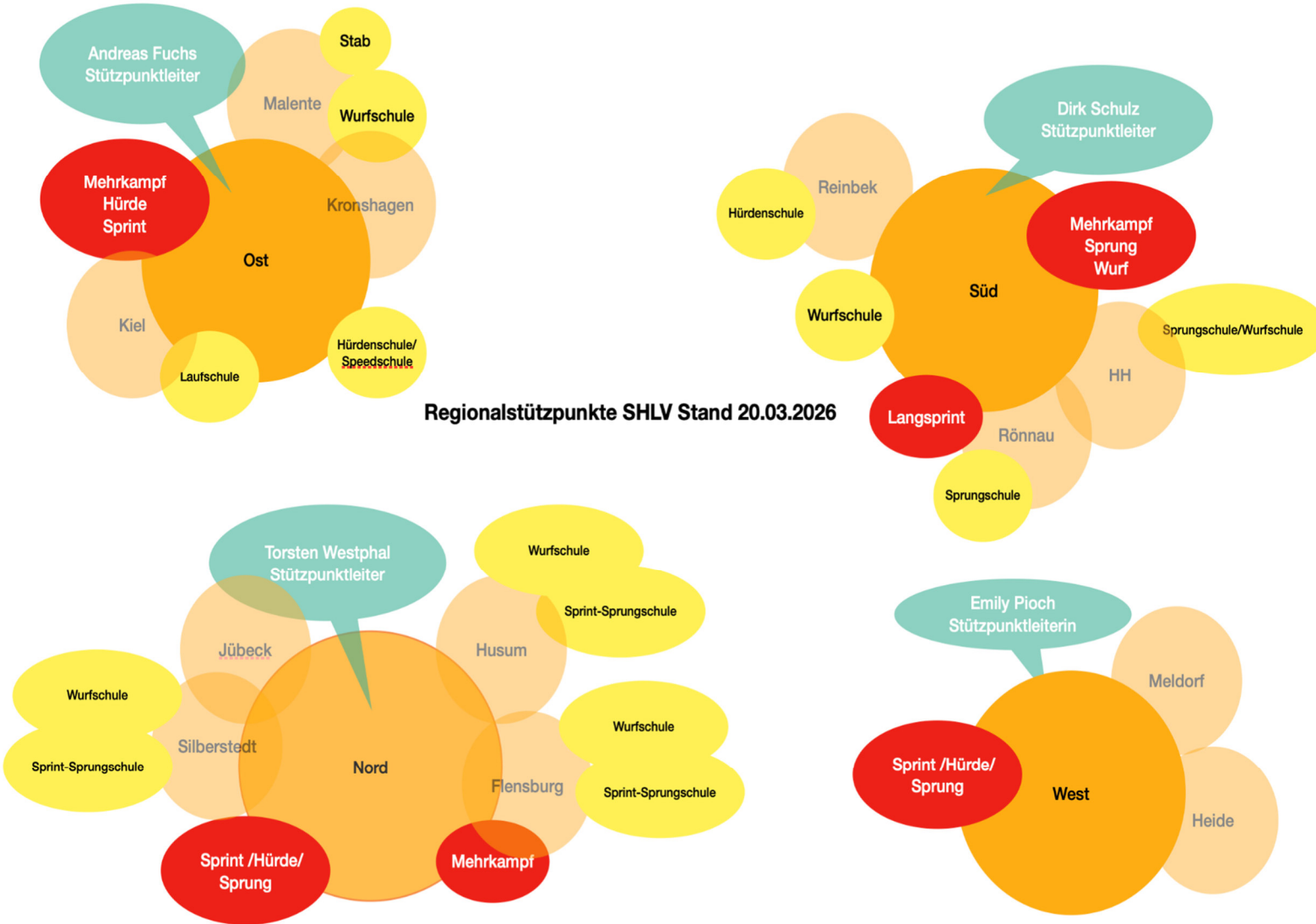
 Familie, Verein/Verband und Schule können nicht abgelöst voneinander agieren.

Baustein 7 – Regionalstützpunkte - Inhaltliche und geographische Schwerpunkte setzen

- ➔Optimierte Bedingungen für den Nachwuchsleistungssport können nicht überall und für alle Disziplinen gewährleistet werden.
- ➔Zweckmäßige lokale Trainingszentren, mit möglichst optimaler Infrastruktur
- ➔„Nesterbildung“

Struktur Regionalstützpunkte

Regionalstützpunkte SHLV Stand 20.03.2026



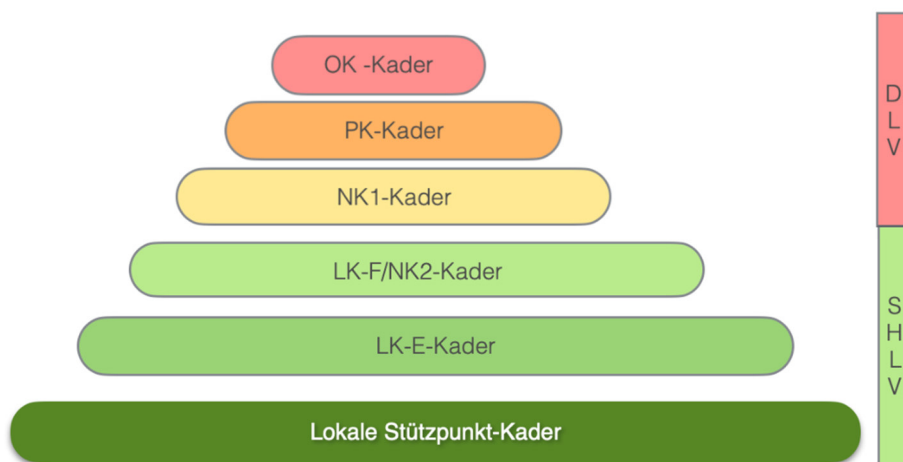
Baustein 8 – Kadersysteme – Struktur des langfristigen Leistungsaufbaus

➔ Nachwuchstraining unterscheidet sich grundsätzlich von Hochleistungstraining


➔ Leistungsentwicklung



➔ Talentförderung durch den DLV und SHLV




Die Kader werden aufgrund von Richtwerten gebildet, die für jede Altersklasse definiert sind

 Das brauchen Nachwuchsathleten*innen


- ➔ Einen strukturierten, in mehrere Etappen aufgeteilten Trainingsprozess
- ➔ Klar definierte Kaderstrukturen mit definierten Trainings- und Wettkampfzielen
- ➔ Klar definierte Kaderkriterien mit Rechten und Pflichten der Nachwuchsathleten
- ➔ Verlässliche transparente Selektionskonzepte

Baustein 9 – Wettkämpfe

- ➔ Wettkämpfe sind eigentliche Lern- und Leistungskontrollen.
- ➔ Wettkampferfolge sollten nicht überbewertet werden.

 Wenn Trainingsmaßnahmen ausschließlich auf frühe Wettkampferfolge zielen, ist die Gefahr einer verfrühten Spezialisierung im Trainingsbetrieb groß.

Baustein 10 – Training: Planung, Analyse, Steuerung

 Spitzensport-Erfolge und Medaillen sind Gemeinschaftswerke, die in starken Partnerschaften vorbereitet und langfristig aufgebaut werden müssen.

Maßnahmen:

- ➔ Wettkampfziel/Vision - mehrjährige Planung auf einen sportlichen Höhepunkt hin
- ➔ Sollwert-Analyse - welche Fähigkeiten und Fertigkeiten sind für den zukünftigen Wettkampferfolg notwendig
- ➔ Istwert-Analyse - wo steht der Athlet zum heutigen Zeitpunkt
- ➔ Ist-Soll-Wert-Vergleich - welche Stärken, welche Schwächen in seiner Altersklasse (national und international)
- ➔ Trainings- und Wettkampfplanung
- ➔ Trainings- und Wettkampfkontrolle

 LEISTUNGSDIAGNOSTIK

Baustein 11 – Kritische Reflexion – wissenschaftliche Forschung

Wer ja sagt zum Nachwuchsleistungssport, der muss auch ja sagen zur wissenschaftlichen Forschung in diesem Bereich.

 Austausch Trainer und Wissenschaft

Baustein 12 – Fördersystem DLV/SHLV

- OK: Förderung durch den DLV/SHLV
- PK: Förderung durch den DLV und SHLV
- ➔ *Bundeskader für Erwachsene*

- NK1 U20/U23: Förderung durch den DLV und SHLV
- ➔ *Bundeskader für U18 - U23*

- NK2: Förderung durch den SHLV
- ➔ *„Landeskader mit besonderer Förderung“ für 15 -16 jährige*

- LK-E/F/Ü: Förderung durch den SHLV
- ➔ *Landeskader für U16 bis U20*