

An die Sportklassenschülerinnen
und Sportklassenschüler

Reinach, 10. August 2024

Informationsschreiben zum Start des Sportklassentrainings

Liebe Athletin, lieber Athlet

Nach den Sommerferien tritts du neu in eine Sportklasse ein und kommst somit in den Genuss der kantonalen Leistungssportförderung. Dieser wichtige Schritt wird dich in den nächsten Jahren deinen sportlichen, aber auch schulischen Zielen näherbringen.

Im sportlichen Bereich wirst du nun am Dienstag- und Donnerstagvormittag von den Sportklassenfenstern profitieren.

Das Training findet sowohl im Sommer wie auch im Winter auf der Sportanlage Schützenmatte und im LA-Stadion St. Jakob (Mittel- und Langstreckentraining) statt. Diese Trainingsfenster sind für alle Leichtathletinnen und Leichtathleten der Leistungssportförderung Baselland/Basel obligatorisch, ausser es besteht eine andere Abmachung mit dem NLZ NWS.

Das Training beginnt jeweils pünktlich um 10.15 Uhr (selbständiges Einlaufen). Danach erfolgen die individuellen Trainingseinheiten unter der Leitung der Kadertrainer/innen (Claudine Müller, Ursi Jehle, Liliane Leimgruber, Nicola Gentsch, Michael Zarantonello und Alain Wisslé).

Am Dienstag, dem 13. August erwarten wir die Läufer/innen um 10.15 Uhr im Leichtathletik-Stadion St. Jakob, wo Michael Zarantonello das Sportklassentraining mit einem kurzen Informationsblock beginnen wird.

Die Athleten/innen der anderen Disziplinengruppen werden im Stadion Schützenmatte von Claudine Müller begrüsst.

Verletzungen

Bei Verletzungen mit längerem Ausfall, bitten wir dich nicht nur die Leistungssportförderung oder die Schule über allfällige Verletzungspausen zu informieren, sondern auch den Co-Leiter [Alain Wisslé], die Leiterin der Sportklassen [Claudine Müller], sowie Michael Zarantonello [Disziplin Lauf].

Verletzungen erlauben ein reduziertes Grundlagentraining im Bereich Kräftigung in nicht verletzten Bereichen. Ausserdem kann in dieser Reha-Phase an den individuellen Schwachstellen gearbeitet werden (Beweglichkeit, Stabilität, Disbalancen, etc..).

Der Besuch des Sportklassentrainings ist somit auch bei Verletzungen obligatorisch. Ausnahme: Physiotherapie-Stunden während der Sportklassenfenster [zwingende vorgängige Meldung an den Co-Leiter und die Leiterin der Sportklassen].

Pünktlichkeit

Der Beginn des Trainingszeitfensters wurde so gelegt, dass alle Schülerinnen und Schüler aus den unterschiedlichen Schulorten (Riehen, Liestal, Reinach) pünktlich auf der jeweiligen Sportanlage erscheinen können.

Das Trainerteam legt somit grossen Wert auf Pünktlichkeit, da sonst eine optimale Betreuung der Athletinnen und Athleten nicht gewährleistet werden kann.

Abwesenheit

Wir bitten dich, Abwesenheiten (verlängerter Urlaub, privater Anlass, Projektwochen in der Schule, etc.) der Leiterin der Sportklassen mitzuteilen, damit diese nicht zu Missverständnissen in der Kommunikation zwischen dem NLZ NWS und der Leistungssportförderung führen.

Die Heimtrainerinnen und Heimtrainer bitten wir, mit Michael (Bereich Lauf) oder Claudine (alle anderen Disziplinen) das Jahr hindurch immer in Kontakt zu bleiben, um die Trainingsinhalte der Athletinnen und Athleten zu koordinieren.

Kontakt

Alain Wisslé 079 707 22 11
Claudine Müller 076 435 56 92
Michael Zarantonello 079 633 00 22

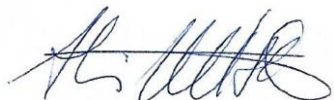
alain.wissle@nlz-nws.ch
claudine.mueller@oldboysbasel.ch
zarantonello@gmx.ch

Bei Fragen stehen dir Claudine Müller, Michael Zarantonello und ich zur Verfügung.

Wir wünschen dir einen guten Start ins neue Schuljahr 2024/25, sowie viel Erfolg an den bevorstehenden Schweizermeisterschaften.

Mit sportlichen Grüssen

Nationales Leistungszentrum Nordwestschweiz



Alain Wisslé | Co-Leiter

Kopie an:

- Claudine Müller
- Michael Zarantonello
- Nicola Gentsch
- Basil Gyax (Sportamt Baselland)
- Sandro Penta (Sportamt Basel Stadt)
- Vereinstrainer/innen