



# **Selektionsrichtlinien NLZ Kader**

## **Ski Alpin 2019/2020**

**Swiss-Ski**  
Worbstrasse 52  
Postfach 478  
3074 Muri b. Bern  
[www.swiss-ski.ch](http://www.swiss-ski.ch)

## **1. Allgemeines**

Wer die nachfolgend aufgeführten Selektionskriterien erfüllt, wird für die Nomination in ein NLZ-Kader berücksichtigt.

Den Entscheid über die Aufnahme in ein NLZ-Kader Ski Alpin fällt die Selektionskommission. Diese besteht aus dem Direktor Ski Alpin, Chef Nachwuchs, Nachwuchskoordinator U16, den NLZ Chefs Ost, Mitte und West. Athleten, welche gesundheits- oder verletzungsbedingt während der Rennsaison 2018/2019 abwesend sind, werden durch die Selektionskommission beurteilt. Dementsprechend wird über eine Selektion ins NLZ entschieden.

## **2. Fristen**

- 2.1** Swiss-Ski verpflichtet sich, den Athleten die Selektionskriterien betreffend die Aufnahme in ein NLZ-Kader für die folgende Saison bis spätestens am 31. Oktober mitzuteilen.
- 2.2** Nach der Selektionssitzung Swiss-Ski wird der Selektionsentscheid den Athleten mitgeteilt.

## **3. Selektionskriterien NLZ**

Für die Selektion in ein NLZ-Kader werden bei den Herren nur Resultate von Schweizer Rennen berücksichtigt. Von ausländischen Rennen werden nur die Resultate von WSC, WC, EC, WJC, Universiade, EYOF und YOG berücksichtigt.

Bei den Damen werden für die Selektion in ein NLZ-Kader die Schweizerrennen plus maximal die ersten zehn FIS Rennen im Ausland berücksichtigt. Die Resultate ab dem 11. Rennen zählen nicht mehr zur Selektion, ausser diejenigen aus WSC, WC, EC, WJC, Universiade, EYOF und YOG.

Für den Erhalt des NLZ-Kaderstatus muss eines der nachfolgenden Kriterien erfüllt sein:

### **3.1 1. Jahr Junioren Damen und Herren (Jahrgang 2003)**

- **Stärkeliste U16**
  - Damen: Rang 1 - 6 der Stärkeliste (Anhang 1b)
  - Herren: Rang 1 - 8 der Stärkeliste (Anhang 1b)
- **Entscheid durch die Selektionskommission** (Anhang 1a)

### **3.2 Junioren/Juniorinnen U18 (Jahrgang 2001/2002)**

- **Stärkeliste U18**
  - Damen: Rang 1 – 6 der Stärkeliste pro Jahrgang (Anhang 1b)
  - Herren: Rang 1 - 8 der Stärkeliste pro Jahrgang (Anhang 1b)
- **Entscheid durch die Selektionskommission** (Anhang 1a)

**3.3. Juniorinnen / Junioren (Jahrgang 2000):**

**1. Rangierung im Swiss Cup**

Damen: Top 8

Herren: Top 12

**2. Kriterien nach FIS – Rangpunkten**

	Summe der Rangpunkte		
	aus 3 Disziplinen	aus 2 Disziplinen	
	SL + GS + Speed	SL + GS	SL od. GS + Speed
<b>Damen</b>	1400	1000	800
<b>Herren</b>	2000	1600	1200

**3. Entscheid durch die Selektionskommission (siehe Anhang 1a)**

**4. Für die Damen gilt zusätzlich:**

a. Erste 35 der EC Gesamtwertung in DH oder SG

b. Erste 40 der EC Gesamtwertung in DH und SG

**3.4. Juniorinnen/ Junioren (Jahrgang 1999):**

**1. Kriterien nach FIS – Rangpunkten**

	Summe der Rangpunkte		
	aus 3 Disziplinen	aus 2 Disziplinen	
	SL + GS + Speed	SL + GS	SL od. GS + Speed
<b>Damen</b>	keine Wertung	600	500
<b>Herren</b>	1500	1000	750

**2. Entscheid durch die Selektionskommission (siehe Anhang 1a)**

**3. Für die Damen gilt zusätzlich:**

a. Erste 35 der EC Gesamtwertung in DH oder SG

b. Erste 40 der EC Gesamtwertung in DH und SG

**3.5. Damen und Herren Jahrgang 1998 und ältere:**

Entscheid durch die Selektionskommission (siehe Anhang 1a)

#### 4. Selektionsperiode, Selektionslisten und Auflagen

Es werden nur die Resultate aus der aktuellen Saison berücksichtigt (Oktober 2018 – bis Listenschluss FIS interne Basis-Liste April 2019); Folgende Liste kommt für die Selektion zur Anwendung:

- \*Selektionsliste = bearbeitete interne Basis-Liste April 2019.

Die Athletenbeurteilung (siehe Anhang 2) für die Athleten der Jahrgänge 2001-2003 muss durch den Trainer (bis 01.02.2019) auf der Athletendatenbank ausgefüllt werden.

Wenn die konditionellen/koordinativen Mindestanforderungen nicht erfüllt werden (gemäss Vorgabe Swiss-Ski Powertest) kann eine Nichtselektion (auch wenn die oben erwähnten Kriterien erfüllt wurden) ausgesprochen oder eine Zurückstufung vorgenommen werden.

Muri, im Oktober 2018

**Swiss-Ski**



Stéphane Cattin  
Direktor Ski Alpin



Hans Flatscher  
Chef Nachwuchs

*(die deutsche Fassung ist das Original und im Zweifelsfalle entscheidend)*

#### **Anhang 1a      Entscheid durch die Selektionskommission**

Die Selektionskommission kann Athleten mit einer positiven Potenzialeinschätzung den NLZ Kaderstatus per Kommissionsentscheid verleihen.

Folgende Punkte werden beurteilt:

- Grundlage FIS-Ranking (individuelle Beurteilung je nach Voraussetzungen)
- Technik, motorische Fähigkeiten
- Taktik, kognitive Fähigkeiten
- Einstellung, emotionale Fähigkeiten
- Motivation, Engagement
- Kondition, physische Fähigkeiten
- Entwicklungspotential
- Gesundheitszustand
- Stärke in einer technischen Disziplin

#### **Anhang 1b      Stärkeliste**

Die Summe der vier folgenden Wertungen ergibt eine Stärkeliste pro Jahrgang als Selektionsgrundlage.

##### **Rang im Swiss Cup (50% der Wertung)**

Rangierung erfolgt nach prozentualer Punkteberechnung (siehe Anhang 3)

##### **Bewertung der Skitechnik (20% der Wertung)**

Die Bewertung der Skitechnik erfolgt an einer oder mehreren Veranstaltungen, die im Anschluss an ein Swiss-Cup Rennen stattfinden. Genaue Angaben zur Technikbewertung (siehe Anhang 4)

##### **Obligatorischer Leistungstest (20% der Wertung)**

Nationaler Konditionstest (Power Test) vom 27.10.2018

##### **Athletenbeurteilung (10% der Wertung, siehe Anhang 2)**

**Anhang 2 Athletenbeurteilung**

**Athletenbeurteilung für Selektionen bei Swiss-Ski**



Name:

Datum:

1= unbrauchbar / 2 = schlecht / 3 = ungenügend / 4 = genügend / 5 = gut / 6 = sehr gut

0

Punktetotal Max: 78 Punkte

0.00

Durchschnitt = Note Athletenbeurteilung

Athletenbiographie											
Persönliches Umfeld						Persönliche Voraussetzungen					
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schule/Ausbildung						Körperbauliche Voraussetzungen					
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eltern/privates Umfeld						Belastbarkeit/Gesundheit					
Bemerkung:						Bemerkung:					
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trainingsalter						Trainingsaufwand					
Bemerkung:						Bemerkung:					

Biologischer Entwicklungsstand						Bewegungstechnischer Entwicklungsstand					
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Retardiert/Akzeleriert						Koordinative Fähigkeiten (Gewandtheit, Geschicklichkeit)					
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Relatives Alter						Skitechnische Lernfähigkeit					
Bemerkung:						Bemerkung:					

Psychologische Voraussetzungen						Leistungsentwicklung					
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leistungsmotivation						Leistungsentwicklung - Entwicklungspotenzial					
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Emotionale und psychische Fähigkeiten / Mentale Stärke											
Bemerkung:						Bemerkung:					

1= unbrauchbar / 2 = schlecht / 3 = ungenügend / 4 = genügend / 5 = gut / 6 = sehr gut

**Zusatzblatt zur Athletenbeurteilung bei SWISS SKI**

	Zu beurteilende Kriterien	Überlegungen die zur Beurteilung einbezogen werden müssen!
<b>Athletenbiographie</b>	Schule/Ausbildung	Ist das persönliche Umfeld leistungsfördernd/unterstützend/ -- > leistungshemmend?
	Eltern/privates Umfeld	
	Körperbauliche Voraussetzungen	Sind die persönlichen Voraussetzungen zum Spitzensportler gegeben? (Beinachsen; Kreislaufsystem; Rücken...)
	Belastbarkeit/Gesundheit	
	Trainingsalter	Erbrachte Leistung im Verhältnis zu den Anzahl Trainingsjahren
Trainingsaufwand	Basiert auf der Trainings-Guide-Line von SWISS-SKI Kann er diese Richtlinien erfüllen? Note 6 = Entspricht den Richtlinien	
<b>Biologischer Entwicklungsstand</b>	Retardiert/Akzeleriert	Note 6 = Retardiert Note 5 = Entwicklungsstand dem Alter entsprechend Note 4 = Akzeleriert
	Relatives Alter	Note 3 = Jan. / Feb. / März      Note 4 = April / Mai / Juni Note 5 = Juli / Aug. / Sept.      Note 6 = Okt. / Nov. / Dez.
<b>Bewegungstechnischer Entwicklungsstand</b>	Koordinative Fähigkeiten (Gewandheit, Geschicklichkeit)	lernt er neue Bewegungen sehr schnell? Kann er sich schnell und effektiv bewegen? Sind seine Bewegungen fließend, koordiniert, im Gleichgewicht...
	Motorische Lernfähigkeit	Kann er Korrekturen effektiv und schnell umsetzen?
<b>Psychologische Voraussetzungen</b>	Leistungsmotivation	Bereitschaft/Interesse (Kann er seine Grenzen gehen - sie überwinden?)
	Emotionale + psychische Fähigkeiten/Mentale Stärke	Konzentration auf das Wesentliche, stabile Persönlichkeit, positiv Denken
<b>Leistungsentwicklung</b>	Leistungsentwicklung - Entwicklungspotenzial	Beinhaltet die Entwicklung der drei Faktoren: Resultate/Techniknote/Power Test

**Anhang 3      Prozentuale Punktberechnung**

**Beispielrechnungen**

Die Rangierung erfolgt nach der Prozentzahl in Relation zum Besten

Beispielrechnungen

Swisscup

<i>Name</i>	<i>Punkte</i>	<i>Prozent</i>
Erster	577	100
Zweiter	570	98.8
Dritter	463	80.2
Vierter	440	76.3

Noten (Technikbewertung und Athletenbeurteilung)

<i>Name</i>	<i>Note</i>	<i>Prozent</i>
Erster	5.4	100
Zweiter	4.8	88.9
Dritter	4.8	88.9
Vierter	4.7	87

Powertest

<i>Name</i>	<i>Note</i>	<i>Prozent</i>
Erster	93	100
Zweiter	87	93.5
Dritter	82	88.2
Vierter	82	88.2



**Anhang 4a Technische Beurteilung U16**

	Prüfung	Beschreibung	Bewertungskriterien
1.	<b>Sprung über natürliche Welle oder gebautem Sprung.</b>	Anfahrt zum Sprung in Hockeposition. Beim Sprung Bewegungsausführung gemäss Aufgabenstellung (vorspringen, abspringen, drücken). Stabile und kontrollierte Flugphase mit sicherer Landung und Weiterfahrt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anfahrt: Angepasste Hockeposition</li> <li>- Springen: Öffnen der Hocke mit einer angepassten Vertikalbewegung und richtiges ausführen der Bewegungsaufgabe (vorspringen, abspringen, drücken)</li> <li>- Flugphase: Ruhige, stabile Körperposition.</li> <li>- Landung: Angepasste Vertikalbewegung für eine sichere und weiche Landung</li> </ul>
2.	<b>Off-Piste SL od. GS Ski</b>	Freies Hangbefahren in unpräpariertem Schnee mit Variation der Radien.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Funktionelle dem Gelände und Schnee angepasste Beuge/Streckbewegung (Belasten-Entlasten)</li> <li>- Zentrale Position mit stabilem Oberkörper (unnötige Bewegungen vermeiden)</li> <li>- Variation der Radien</li> </ul>
3.	<b>Einbeinskifahren mit SL od. GS Ski</b>	Einbeinskifahren in RS Toren (Skiwahl wird vor der Prüfung bekannt gegeben)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geschnittene und der Kurssetzung angepasste Radien.</li> <li>- Sichere und ruhige Körperposition.</li> <li>- Kein Schneekontakt mit Skischuhe.</li> </ul>
4.	<b>Riesenslalom ohne Stöcke</b>	Fahren in RS Toren ohne Stöcke (10 bis 15 Tore)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsausführung gemäss Swiss-Ski <b>Technikleitbild 2014</b> (Racing Basics 1-5)</li> </ul>
5.	<b>Buckelpiste</b>	Buckelpiste fahren	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Den Buckeln angepasste Beuge/Streckbewegung</li> <li>- Ruhige Oberkörperposition mit Stockeinsatz</li> <li>- Dynamische und kontrollierte Fahrweise.</li> </ul>
6.	<b>Wellen - Mulden</b>	Wellen–Mulden fahren, Geländewellen aktiv „nutzen“ um die Geschwindigkeit zu optimieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Angepasste Wellen–Mulden durchfahren</li> <li>- Aktives und fließendes Beugen und Strecken</li> <li>- Richtiges Timing der Bewegungen mit den Hindernissen</li> </ul>
7.	<b>Parcour mit RS-Toren</b>	Fahren mit <b>RS-Skis</b> in einem mit RS Toren gesteckten Parcours. Distanzen ca. zwischen 9 und 18 m und Rhythmus-Variation.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsausführung gemäss Swiss-Ski <b>Technikleitbild 2014</b> (Racing Basics 1-5)</li> <li>- Linienwahl/Taktik bei Rhythmuswechseln</li> </ul>
8.	<b>Fliegend Umsteigen</b>	Kurzschwingen mit fliegendem umsteigen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rhythmus, Tempokontrolle</li> <li>- Kantenwechsel muss fliegend ausgeführt werden.</li> <li>- Stockeinsatz</li> </ul>
9.	<b>Slalom</b>	Offene Slalomtore in steilem Gelände (ca. 20 Tore)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsausführung gemäss Swiss-Ski <b>Technikleitbild 2014</b> (Racing Basics 1-5)</li> <li>- Aktive/dynamische dem Gelände angepasste Fahrweise</li> <li>- Sauberes Stangenräumen bei ruhigem Oberkörper</li> </ul>
10.	<b>Gleitkurven</b>	Mit SG- oder Abfahrtskis in der Hockeposition Gleitkurven fahren	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aerodynamische Position</li> <li>- Parallele Skiführung</li> <li>- Sauber geschnittene Radien</li> </ul>
11.	<b>Tor-Frei-Tor oder Couloir</b>	RS oder SL Kurs wo Tore fehlen Couloir mit verschiedenen Breiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rhythmus, Tempokontrolle</li> <li>- Linie anpassen</li> </ul>
12.	<b>Kurzschwingen in Minikipp</b>	Kurzschwingen mit Stockeinsatz in Minikipp-Parcours	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsausführung gemäss Swiss-Ski <b>Technikleitbild 2014</b></li> <li>- Aktive/dynamische dem Gelände angepasste Fahrweise</li> </ul>
13.	<b>Technik und Taktik in den Disziplinen</b>	Angepasste Linienwahl und entsprechende technische Umsetzung in den Disziplinen SL, RS und SG.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beurteilung durch Experten im Wettkampf</li> <li>- Taktisches Entscheid / Linienwahl</li> <li>- Angepasste Bewegungsausführung gemäss Swiss-Ski <b>Technikleitbild 2014</b> (Racing Essentials)</li> </ul>

Material (Ski) das benutzt werden darf, wird am Vortag der Prüfungen an der Mannschaftsführersitzung kommuniziert.

Anhang 4b Technische Beurteilung U18

	Prüfung	Beschreibung	Bewertungskriterien
1.	<b>Sprung über natürliche Welle oder gebautem Sprung.</b>	Anfahrt zum Sprung in Hockeposition. Beim Sprung Bewegungsausführung gemäss Aufgabenstellung (vorspringen, abspringen, drücken). Stabile und kontrollierte Flugphase mit sicherer Landung und Weiterfahrt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anfahrt: Angepasste Hockeposition</li> <li>- Springen: Öffnen der Hocke mit einer angepassten Vertikalbewegung und richtiges Ausführen der Bewegungsaufgabe (Vorspringen, Abspringen, Drücken)</li> <li>- Flugphase: Ruhige, stabile Körperposition.</li> <li>- Landung: angepasste Vertikalbewegung für eine sichere und weiche Landung</li> </ul>
2.	<b>Off-Piste SL od. GS Ski</b>	Freies Hangbefahren in unpräpariertem Schnee mit Variation der Radien. Skiwahl wird vor der Prüfung bekannt gegeben (keine Freerideskis)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Funktionelle dem Gelände und Schnee angepasste Beuge-/Streckbewegung (Belasten-Entlasten)</li> <li>- Zentrale Position mit stabilem Oberkörper (unnötige Bewegungen vermeiden)</li> <li>- Variation der Radien</li> </ul>
3.	<b>Einbeinskifahren mit SL od. GS Ski</b>	Einbeinskifahren in RS Toren (Skiwahl wird vor der Prüfung bekannt gegeben)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geschnittene und der Kurssetzung angepasste Radien.</li> <li>- Sichere und ruhige Körperposition.</li> <li>- Kein Schneekontakt mit Skischuh.</li> </ul>
4.	<b>Riesenslalom ohne Stöcke</b>	Fahren in RS Toren ohne Stöcke (10 bis 15 Tore)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsausführung gemäss Swiss-Ski <b>Technikleitbild 2014</b></li> </ul>
5.	<b>Buckelpiste</b>	Buckelpiste fahren	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Den Buckeln angepasste Beuge-/Streckbewegung</li> <li>- Ruhige Oberkörperposition mit Stockeinsatz</li> <li>- Dynamische und kontrollierte Fahrweise.</li> </ul>
6.	<b>Wellen - Mulden</b>	Wellen-Mulden fahren, Geländewellen aktiv „nutzen“ um die Geschwindigkeit zu optimieren.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Angepasste Wellen – Mulden durchfahren</li> <li>- Aktives und fließendes Beugen und Strecken</li> <li>- Richtiges Timing der Bewegungen mit den Hindernissen</li> </ul>
7.	<b>Kurzschwingen in Minikipp</b>	Kurzschwingen mit Stockeinsatz in Minikipp-Parcours	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsausführung gemäss Swiss-Ski <b>Technikleitbild 2014</b></li> <li>- Aktive/dynamische dem Gelände angepasste Fahrweise</li> </ul>