

JUDO
AUSTRIA



Leistungssportkonzept 2024

Stand 16.02.2021



Leistungssportkonzept

Ziele

Strategische Schwerpunkte

ÖJV-Bundesstützpunkt

ÖJV-Stützpunkte

TrainerInnensystem

Arbeitsschwerpunkte

Ergebnisziele:

- 6 AthletInnen bei OS 2024
- 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)
- beste NT durch Schwerpunktsetzung und Ausschreibung
- mehr angestellte Trainer in Österreich





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 förderalistischem System optimal nützen
(z.B. SportlerInnen bleiben auf ihren Stützpunkten)
- Klare Einordnung aller Beteiligten (Nationaltrainer, Landestrainer, etc) mit Rollen, Verantwortlichkeiten und Pflichten in diesem Leistungssportkonzept
- Transparent, nachvollziehbar und offen kommuniziert

ÖJV-Bundesstützpunkt

→ Olympiazentrum Oberösterreich

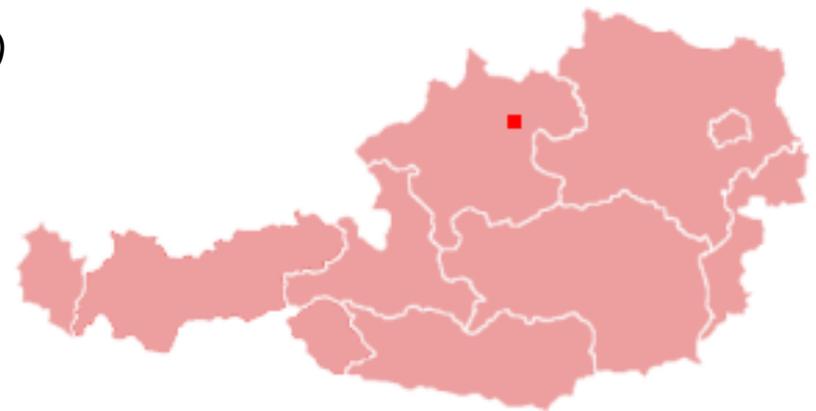
Zentrale Lage (Wien 180km, Salzburg 130km, fußläufig von Bhf)

Optimale Infrastruktur

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

Organisation

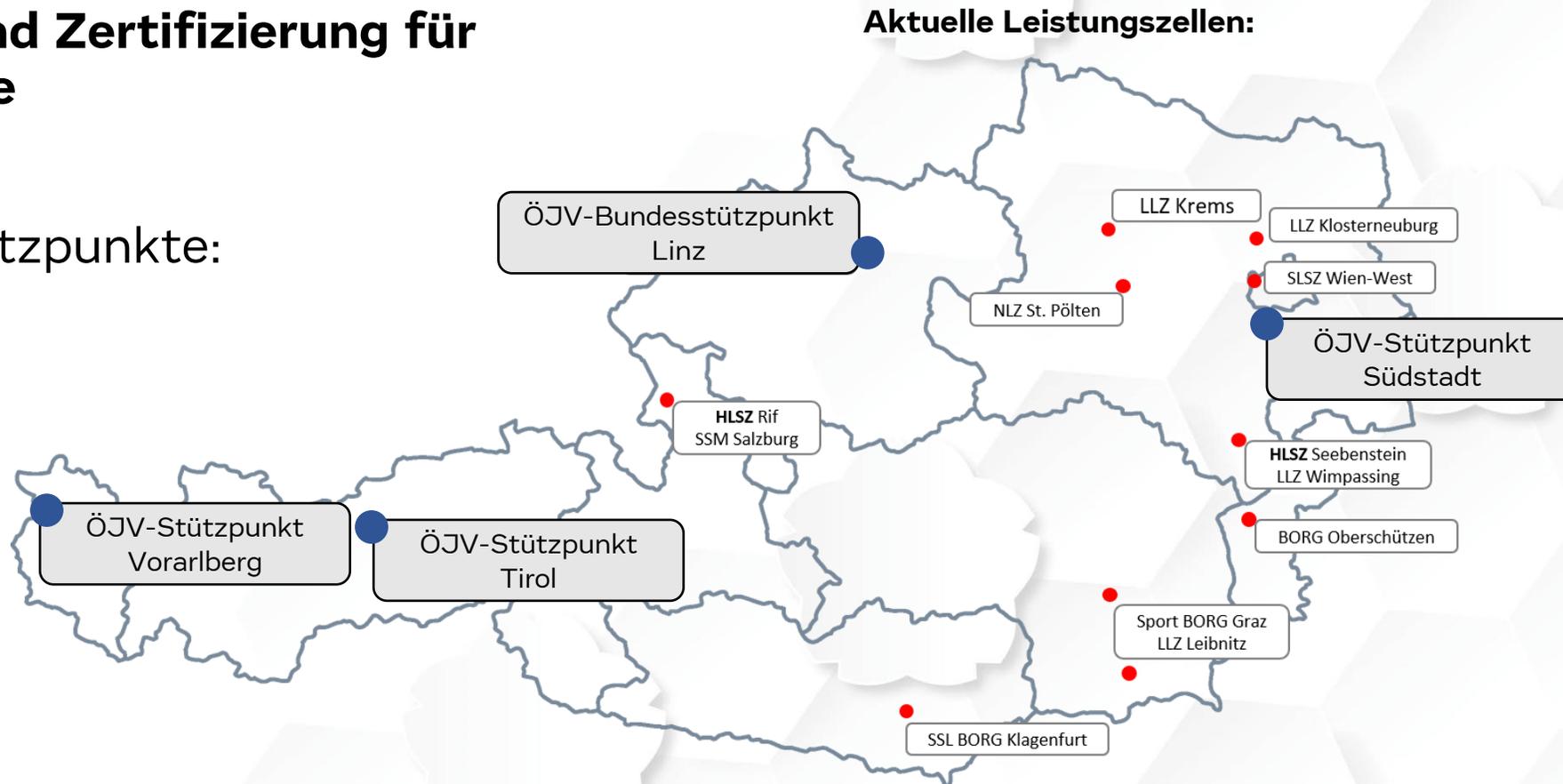
- Olympiazentrum 100% in Landesbesitz
- Landessportdirektion angeschlossen an OZ



Klare Kriterien und Zertifizierung für ÖJV-Stützpunkte

Aktuelle ÖJV-Stützpunkte:

- Südstadt
- Tirol
- Vorarlberg



Zielgruppe:

- „verpflichtend“: Olympiakader + 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

Headcoach/NT Elite

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

Bundesstützpunktleiter

Unterstützt Trainerteam am
ÖJV-BSP – Leitung bei ÖJV-
Themen Headcoach

NT Übergang

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

NT Nachwuchs

Altersbereiche U16/U18

NT Technik

Einsatz nach Rücksprache mit
Headcoach in allen
Altersklassen

Elite

Headcoach

Yvonne Bönisch

Nationaltrainer Elite

Patrick Rusch

Übergang

Nationaltrainer Anschluss

Bela Riesz

Nationaltrainer Anschluss

offen

Nachwuchs

Nationaltrainer Nachwuchs

Martin Grafl

Nationaltrainer Nachwuchs

Bernhard Weißsteiner

Tec

Nationaltrainer Technik

Hitoshi Kubo

ÖJV-Bundesstützpunkt
ÖJV-Stützpunkte

Bundesstützpunktleiter

Klaus-Peter Stollberg

Stützpunkt Südstadt

Toni Summer, Axel Eggenfellner

Stützpunkt Tirol

Anna-Katharina Told

Stützpunkt Vorarlberg

Michael Greiter

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

Anschluss (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