berufsberatung
.ch

Trainerin Leistungssport BP
Trainer Leistungssport BP

Bildung

Als Trainerin oder Trainer Leistungssport beraten, motivieren und betreuen Sie eine Sportlerin, einen Sportler oder eine Mannschaft, damit sie Spitzenleistungen erzielen. Dazu wenden Sie verschiedene Trainingsmethoden an und erstellen körperliche und mentale Trainingsprogramme, um das Potenzial der Sportlerinnen und Sportler voll auszuschöpfen und ihre Leistungen zu verbessern.

Aufgaben

Sportlerinnen und Sportler betreuen

- Sportlerinnen und Sportler alters- und motivationsgerecht fördern
- kurz-, mittel- und langfristige Leistungsziele festlegen
- mit Konditionstrainerinnen und Konditionstrainer und technischen Beraterinnen und Beratern zusammenarbeiten

Sportlerinnen und Sportler körperlich vorbereiten

- Trainingsprogramm erstellen, um Verletzungen vorzubeugen und Überlastungen zu vermeiden
- Trainingseinheiten, Trainingslager oder Teilnahme an Turnieren planen
- Varianten für körperliche und technische Übungen suchen und an die Sportlerinnen und Sportler anpassen
- erforderliche Leistung wie Kraft oder Ausdauer analysieren
- Ergebnisse überprüfen und Übungen schrittweise anpassen
- in Mannschaftssportarten die individuellen Stärken und das Zusammenspiel als Team fördern

Sportlerinnen und Sportler mental vorbereiten

- Sportlerinnen und Sportler in ihrer Persönlichkeitsentwicklung unterstützen
- Techniken einsetzen, um persönliche Grenzen zu überwinden, Selbstkontrolle zu entwickeln und authentisch zu bleiben

Wettkämpfe vorbereiten

- Vorbereitung auf Meisterschaften und Wettkämpfe planen
- Spielstrategien und -taktiken entwickeln

Arbeitsumgebung

Als Trainerin oder Trainer Leistungssport sind Sie meist ehemalige Leistungssportlerin oder ehemaliger Leistungssportler. Die Analyse und Planung erledigen Sie von zu Hause aus. Bei den Trainings und Wettkämpfen sind Sie vor Ort. Unter der Woche leiten Sie das Training und am Wochenende begleiten Sie Wettkämpfe. Manchmal arbeiten Sie auch im Ausland.

Sie sind in Vereinen, Sportverbänden, Sportausbildungszentren und anderen Institutionen tätig. Im Freizeit- oder Gesundheitssport arbeiten Sie häufig Teilzeit und haben einen Nebenberuf. Vollzeitstellen finden Sie eher im Wettkampftraining, allerdings sind diese selten. Sie können auch für ein Sportzentrum oder eine Sportorganisation verantwortlich sein und Aufgaben in den Bereichen Animation, Werbung und Unternehmensführung übernehmen.

Anforderungen und Interessen

Anforderungen

- Pädagogische Fähigkeiten
- Ausdauer und Durchhaltevermögen
- Vertrauen aufbauen können
- Durchsetzungsvermögen
- Sinn für Bewegungen und Koordination
- Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitszeiten oder Nachtschichten
- Bereitschaft, häufig unterwegs zu sein

Interessen

- Kontakt zu Menschen haben
- Körperlich aktiv sein
- Beraten

Ausbildung

Die Ausbildung wird in der Regel berufsbegleitend in Form von Modulen gemacht.

Angebote

Alle anzeigen
https://berufsberatung.ch/de/suche/aus-weiterbildungen?profession=128553

Dauer

1,5 Jahre

Zulassung

Die Zulassungsbedingungen für die Prüfung stehen in der **Prüfungsordnung** (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/download/5955).

Abschluss

Trainer Leistungssport / Trainerin Leistungssport mit eidg. Fachausweis

Weiterbildung

Kurse

Angebote der **Eidgenössischen Hochschule für Sport Magglingen (EHSM)** (https://www.ehsm.admin.ch/de/weiterbildung) und der **Swiss Olympic Academy** (https://academy.swissolympic.ch/trainings)

Höhere Fachprüfung

- **Trainer/in Spitzensport HFP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/trainer-in-spitzensport-hfp)
- **Sportartenschulleiter/in HFP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/sportartenschulleiter-in-hfp)

Ähnliche Berufe

Beruf
Schneesportlehrer/in BP

https://berufsberatung.ch/de/berufe/schneesportlehrer-in-bp

Beruf
Sportartenlehrer/in BP

https://berufsberatung.ch/de/berufe/sportartenlehrer-in-bp

Beruf
Bergführer/in BP

https://berufsberatung.ch/de/berufe/bergfuehrer-in-bp

Beruf
Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung BP

https://berufsberatung.ch/de/berufe/spezialist-in-bewegungs-und-gesundheitsfoerderung-bp

Weitere Infos

Swissdoc Nummer

0.721.25.0

Weiterführende Links

Swiss Olympic (https://www.swissolympic.ch/)

Dachverband des Schweizer Sports

Swiss Coach (https://swisscoach.info/)

Berufsverband der Trainerinnen und Trainer im Leistungs- und Spitzensport

Gesetzliche Grundlagen (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/show/52236?lang=de)