

**Berufsprüfung (BP)****Berufsfeld 5**  
Schönheit, Sport**Tätigkeiten****Ausbildung**

**Trainer und Trainerinnen Leistungssport trainieren Athleten und Athletinnen jeden Alters auf regionalem und nationalem Niveau. Ihr Ziel ist deren optimale Leistungsentwicklung und die Vorbereitung auf Wettkämpfe.**

**Grundlage**

Eidg. genehmigte Prüfungsordnung vom 12.4.2017

Trainer/innen Leistungssport sind erfahrene Coaches. Sie trainieren, motivieren, betreuen und fördern Sportlerinnen und Sportler ganzheitlich. Sie planen und leiten Trainings, die auf Leistungsvermögen, Alter, Niveau und individuelle Bedürfnisse der Athletinnen und Athleten abgestimmt sind. Im Zentrum stehen dabei die Heranführung zu Spitzenleistungen, die sportliche Weiterentwicklung und die bestmögliche Vorbereitung auf regionale und nationale Wettkämpfe. Trainer/innen begleiten Sportler/innen vor, während und nach diesen Veranstaltungen.

**Prüfungsvorbereitung**

Die für die Prüfung erforderlichen Qualifikationen können in Form von Kursen erworben werden. Details zur Prüfung werden in der Wegleitung erläutert. Diese ist bei Swiss Coach und beim Bundesamt für Sport erhältlich.

Je nach Verband, Club oder Verein betreuen die Trainer/innen Leistungs- und/oder Nachwuchssportler/innen in einer Einzel- oder Mannschaftssportart. Sie planen, analysieren und evaluieren die Leistungsentwicklung der Sportler/innen. Bei ihrer Arbeit berücksichtigen sie sportartspezifische Anforderungen wie koordinativ-technische, psychisch-emotionale und kognitiv-taktische Fähigkeiten sowie individuelle Faktoren wie Kondition, Gesundheit, Ernährung und Regeneration.

**Bildungsangebote**

Berufstrainerlehrgang (BTL) und individuell ausgewählte Kurse aus sechs Fachbereichen an der Eidg. Hochschule für Sport Magglingen EHSM, BASPO

Neben dem körperlichen Training hat das psychologische Coaching eine grosse Bedeutung. Trainer/innen müssen während der Trainings und insbesondere der Wettkämpfe jederzeit die Verhaltensweisen der Sportler/innen differenziert wahrnehmen, analysieren und bewerten können. Dies erfordert eine persönliche, empathische Beziehung zu den Betreuten. Die Trainer/innen fördern deren mentale Stärke und erarbeiten mit ihnen Strategien, mit denen sie Konzentration, Emotionen und Selbstvertrauen selber steuern können.

**Dauer**

Je nach Vorbildung 20 bis 50 Kurstage verteilt auf ca. 1½ Jahre, berufsbegleitend

Ausserdem übernehmen Trainer/innen Leistungssport je nach Art der Anstellung weitere Aufgaben. Sie unterstützen die Sportler/innen bei der Karriereplanung und dem Erhalt der körperlichen und psychischen Gesundheit. Überdies können sie an der Organisation von Wettkämpfen beteiligt sein, sie suchen und fördern Nachwuchstalente, beraten Aussenstehende in sporttechnischen Fragen und pflegen Kontakte zu Medien, Fachleuten, Sportverbänden und zur Öffentlichkeit. In der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen beziehen sie auch deren Umfeld mit ein.

**Kompetenzbereiche**

- Überfachliche Kompetenzen und persönliche Weiterentwicklung
- Analyse und Planung
- Training
- Wettkampf
- Beratung und Coaching
- Führung und Management
- Verbands- und Vereinsarbeit
- Administration

**Abschluss**

"Trainer/in Leistungssport mit eidg. Fachausweis"

## Voraussetzungen

Bei Prüfungsantritt erforderlich:

- Abschluss einer beruflichen Grundbildung mit eidg. Fähigkeitszeugnis (EFZ), Fachmittelschulabschluss (FMS), gymnasiales Maturitätszeugnis oder gleichwertiger Ausweis
- Visum des nationalen Sportverbandes (Bestätigung der Anmeldung zur Prüfung und der Unterstützung durch einen Coach Developer)
- Abschluss der entsprechenden Trainerausbildung eines Sportverbandes und die Anerkennung als J+S Nachwuchstrainer/in Lokal
- praktische Erfahrung als aktive/r Trainer/in im Leistungssport von mind. 800 Stunden nach Abschluss der entsprechenden Trainerausbildung (200 davon im Jahr vor der Prüfung)
- von Verbandsexperten/-expertinnen als genügend taxierte Praxisbefähigung
- ein Praktikum im Umfang von 30 bis 40 Stunden auf einer vom nationalen Sportverband anerkannten Stufe (Niveau der Athleten oder der Organisation)
- Nachweis von drei Standortbestimmungen (Gesprächen) mit dem Coach Developer
- anerkannte Ausbildung im Bereich Erste Hilfe/Sanität

### Anforderungen

- analytisch-konzeptionelle Fähigkeiten
- gute Beobachtungsgabe
- Sozialkompetenz
- Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitszeiten

## Weiterbildung

### Kurse

Angebote des Bundesamts für Sport BASPO, von Swiss Olympic sowie von sportartspezifischen Sportverbänden

### Höhere Fachprüfung (HFP)

Dipl. Trainer/in Spitzensport

### Fach-/Hochschule

Bachelor- und Masterstudiengänge sowie Weiterbildungsmaster in Bereichen wie Sport, Bewegungs- und Gesundheitswissenschaften

## Berufsverhältnisse

Trainer/innen Leistungssport betreuen Leistungssportler/innen bzw. Teams verschiedener Sportarten Voll- oder Teilzeit. Sie arbeiten meist für Vereine, Verbände oder Clubs. Die Anstellungsbedingungen variieren je nach Arbeitgeber/in, Sportart und Leistungsstufe der Betreuten (National- oder Regionalkader, Liga, Junioren etc.). Sie haben oftmals unregelmässige Arbeitszeiten. Abend- und Wochenendeinsätze sowie Reisen können belastend sein. Der Arbeitsmarkt ist relativ begrenzt und es gibt häufig Personalwechsel.

## Weitere Informationen

Swiss Coach  
Berufsverband Trainer Leistungs- und Spitzensport Schweiz  
6043 Adligenswil  
[www.swisscoach.info](http://www.swisscoach.info)

Bundesamt für Sport BASPO  
Sekretariat Trainerbildung  
2532 Magglingen/Macolin  
Telefon: +41 58 467 64 35  
[www.baspo.ch/trainerbildung](http://www.baspo.ch/trainerbildung)

Swiss Olympic - Dachverband der Schweizer Sportverbände  
Haus des Sports  
3063 Ittigen  
Telefon: + 41 31 359 71 11  
[www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch)

Allgemeine Informationen:  
[www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)

## Verwandte Berufe

Berufsfeld / SD

Schneesportlehrer/in BP	5 / 0.721.28.0
Eislauflehrer/in BP	5 / 0.721.57.0
Kletterlehrer/in BP	5 / 0.721.49.0
Spezialist/in Bewegungs- u. Gesundheitsförde...	5 / 0.721.59.0