

Höhere Fachprüfung (HFP)

**Berufsfeld 5**  
Schönheit, Sport

## Tätigkeiten

**Trainerinnen und Trainer Spitzensport betreuen Spitzensportlerinnen und Spitzensportler. Sie führen sie fachlich, personell und organisatorisch, sorgen für ihre optimale Leistungsentwicklung und begleiten sie an nationale und internationale Wettkämpfe.**

Trainer Spitzensport sind erfahrene Coachs mit fundierten wissenschaftlichen Kenntnissen. Sie trainieren, fördern und betreuen Sportlerinnen und Sportler ganzheitlich. Sie erstellen und leiten Trainings, die sie auf das Leistungsvermögen, Alter, Niveau und die individuellen Bedürfnisse der Athletinnen und Athleten abstimmen.

Zentral sind dabei die optimale Vorbereitung auf nationale und internationale Wettkämpfe und Meisterschaften sowie die Unterstützung vor, während und nach diesen Veranstaltungen.

Je nach Ausbildungsschwerpunkt spezialisieren sich die Trainerinnen auf Elite- oder Nachwuchssport und betreuen Athleten und Athletinnen in Nationalmannschaften oder Teams einer Einzel- oder Mannschaftssportart. Sie planen, analysieren und evaluieren deren Leistungsentwicklung. Bei ihrer Planung berücksichtigen sie die koordinativ-technischen, psychisch-emotionalen und kognitiv-taktischen Anforderungen der jeweiligen Sportart sowie persönliche Faktoren wie Kondition, Gesundheit, Ernährung und Regeneration.

Neben dem körperlichen Training ist das psychologische Coaching sehr wichtig. Trainer müssen während der Trainings und insbesondere während der Wettkämpfe jederzeit die Verhaltensweisen der Sportlerinnen und Sportler differenziert wahrnehmen, analysieren und bewerten können. Dies erfordert eine enge empathische Beziehung zu den Betreuten. Die Trainerinnen fördern deren mentale Stärke und erarbeiten mit ihnen Strategien, mit denen sie Konzentration, Emotionen und Selbstvertrauen steuern können.

Zudem übernehmen Trainer Spitzensport je nach Art der Anstellung weitere Aufgaben. Sie unterstützen die Sportler und Sportlerinnen bei der Karriereplanung sowie dem Erhalt der körperlichen und psychischen Gesundheit. Sie führen teilweise auch Trainer-Teams und arbeiten eng mit anderen Fachpersonen, um die Leistungen der Betreuten zu optimieren.

Unter Umständen organisieren sie Wettkämpfe, suchen und fördern Nachwuchstalente, pflegen Kontakte zu Medien, Fachleuten, Verbänden und zur Öffentlichkeit. Sie können auch Funktionen in Organisationen oder Sportverbänden übernehmen. In der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen beziehen sie auch deren Umfeld mit ein, darunter Eltern, Lehrpersonen und Arbeitgeber.

## Ausbildung

### Grundlage

Eidg. genehmigte Prüfungsordnung vom 19.12.2019

### Prüfungsvorbereitung

Die für die Prüfung erforderlichen Qualifikationen können in Form von Kursen erworben werden. Prüfungsordnung und Wegleitung sind erhältlich bei Swiss Coach und beim Bundesamt für Sport.

### Bildungsangebote

Diplomtrainerlehrgang (DTL) an der Eidg. Hochschule für Sport Magglingen EHSM, BASPO, diverse Kursorte

### Dauer

Je nach Kurswahl zwischen 12 und 60 Unterrichtstagen sowie 10-tägiges Diplomprojekt, berufsbegleitend

### Module

Hauptkurse zu den Themen Selbstmanagement, Trainerpersönlichkeit, Beratung und Coaching sowie Führung, dazu selbstgewählte Kurse

### Abschluss

Eidg. anerkannter Titel "dipl. Trainer/in Spitzensport"

## Voraussetzungen

Bei Prüfungsantritt erforderlich:

- Eidgenössischer Fachausweis als Trainer/Trainerin Leistungssport oder eine gleichwertige Qualifikation
- Praktische Erfahrung als aktive Trainingsperson mit Kaderathletinnen- oder athleten im Nachwuchs oder Eliteleistungssport (Swiss Olympic Card Holder-s) von mindestens 1600 Stunden. 200 Stunden davon müssen im Jahr vor der Prüfung (bis zu sechs Wochen davor) geleistet worden sein.
- Visum des Sportverbandes, das bestätigt, dass der Verband von der Anmeldung des Bewerbenden Kenntnis genommen hat und diesen auf seinem Ausbildungsweg durch einen Coach Developer (Trainerberater/in) unterstützt.
- Praxisbefähigung, die von Verbandsexperten als genügend taxiert wurde.
- Drei Standortbestimmungen mit dem Coach Developer
- Nachweis eines absolvierten Praktikums (mind. 60-80 Arbeitsstunden) auf einer vom Sportverband anerkannten Stufe
- Anerkannte Ausbildung im Bereich erste Hilfe/Sanität

### Anforderungen

- vernetztes Denken und Handeln
- analytisch-konzeptionelle Fähigkeiten
- Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitszeiten
- Kommunikationsfähigkeit
- Führungs- und Sozialkompetenzen
- Organisationsfähigkeit

## Weiterbildung

### Kurse

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

### Hochschule, Fachhochschule

Bachelor- und Masterstudiengänge sowie Weiterbildungs-master in Bereichen wie Bewegungs- und Gesundheitswissenschaft, Sport und Angewandte Psychologie

## Berufsverhältnisse

Trainerinnen und Trainer Spitzensport sind Voll- oder Teilzeit tätig. Sie arbeiten meist für Vereine, Clubs oder Verbände, teilweise auch im Ausland. Je nach Grösse und Struktur des Arbeitgebers werden sie in unterschiedlichen Funktionen angestellt, zum Beispiel als Chef,- Disziplinen- oder Assistenztrainer/in.

Die Anstellungsbedingungen variieren je nach Arbeitgeber und Sportart der Betreuten. Tätigkeiten wie Analysieren und Planen können oft von zuhause aus erledigt werden, ansonsten sind die Trainingspersonen viel auf dem jeweiligen Trainingsgelände oder der Wettkampfstätte anzutreffen. Die Arbeitszeiten sind oft unregelmässig. Abend- und Wochenendeinsätze sowie Reisen können belastend sein.

Der Arbeitsmarkt ist relativ begrenzt und es gibt häufige 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

Sportexperte/-expertin FH (BSc)

5 / 0.721.17.0