

SAR Information RVNO



Was ist SAR?

SAR steht für *Sélection de l'Association Régionale* und bedeutet Regionalauswahl, also eine Auswahl der motivierten und talentierten Spieler*innen der Region.

Mach mit als Spieler*in!

Bist du ein Volleyballspieler oder eine Volleyballspielerin mit Talent, der/die gerne zusätzlich zum Vereinstraining mit andern jungen Talenten trainieren möchte? Möchtest du die Region Nordost Schweiz an den SAR-Schweizermeisterschaften vertreten? Dann bist du bei uns richtig!

Was bezweckt das SAR?

- Unterstützung der Vereine in der Nachwuchsarbeit
- Förderung der talentiertesten und motiviertesten Spieler*innen der Region
 - Aufbau für die diversen Nationalteams

Ziele des SAR RVNO

- Ausbildung der Spieler*innen in Zusammenarbeit mit den Vereinen
 - Kontinuierliche Ausbildung
 - Einfache, einheitliche Grundtechnik
- Aufbau der physischen Grundlagen für Technik, Training und Prävention
 - Förderung der koordinativen und kognitiven Fähigkeiten
 - Heranführung der Spieler*innen an den Leistungssport
- Förderung des Ideen- und Wissensaustauschs zwischen den betroffenen Trainer*innen
 - Förderung des Verständnisses für die Individualtaktik

Trainings und Spiele

- Regelmässiges SAR-Training
 - SAR-Trainingsweekends
- Einzelne Trainingstage, um ein vertieftes Arbeiten an einem Thema zu ermöglichen
 - Testspieltage gegen SAR-Teams aus anderen Regionen
 - SAR-Schweizermeisterschaften

Empfehlungen für Vereine

Eine optimale Förderung im Verein auf angemessenem Niveau ist entscheidend für den Fortschritt des Jugendlichen. Um genügend Fortschritte zu machen, sollte ein Spieler*in regelmässig auf hohem Niveau trainieren und spielen können. Die untenstehenden Empfehlungen entsprechen unserer Ansicht und Erfahrung, auf welchem Niveau eine SAR-Spieler*in trainieren bzw. spielen soll. Alle Angaben sind als Mindestangaben zu verstehen. Spieler*innen, welche die Fähigkeiten haben auf einem höheren Niveau zu trainieren und/oder zu spielen, sollen dementsprechend eingesetzt werden.

Altersgruppe	Anzahl Trainings / Spielsystem
JPre-SAR (ca. U13)	2x Trainings an 2h, mindestens eines im Spielsystem 6:6 Stammspieler*innen U13, Teileinsätze U15 (6:6)
SAR (U17/16)	3x Trainings an 2h, mindestens zwei im Spielsystem 6:6 Stammspieler*innen U15 (6:6), Teileinsätze U17

Weitere Infos und Trainingsdaten, sowie den Link für die Anmeldung findet man auf der Homepage vom RVNO unter SAR.
(www.rvno.ch)

Weitere Informationen

Technischer Leiter RVNO: Marcel Erni 079'357'78'33 – tk@rvno.ch