

JUDO
AUSTRIA



**Vom Weißgurt
zum Top-Judoka**

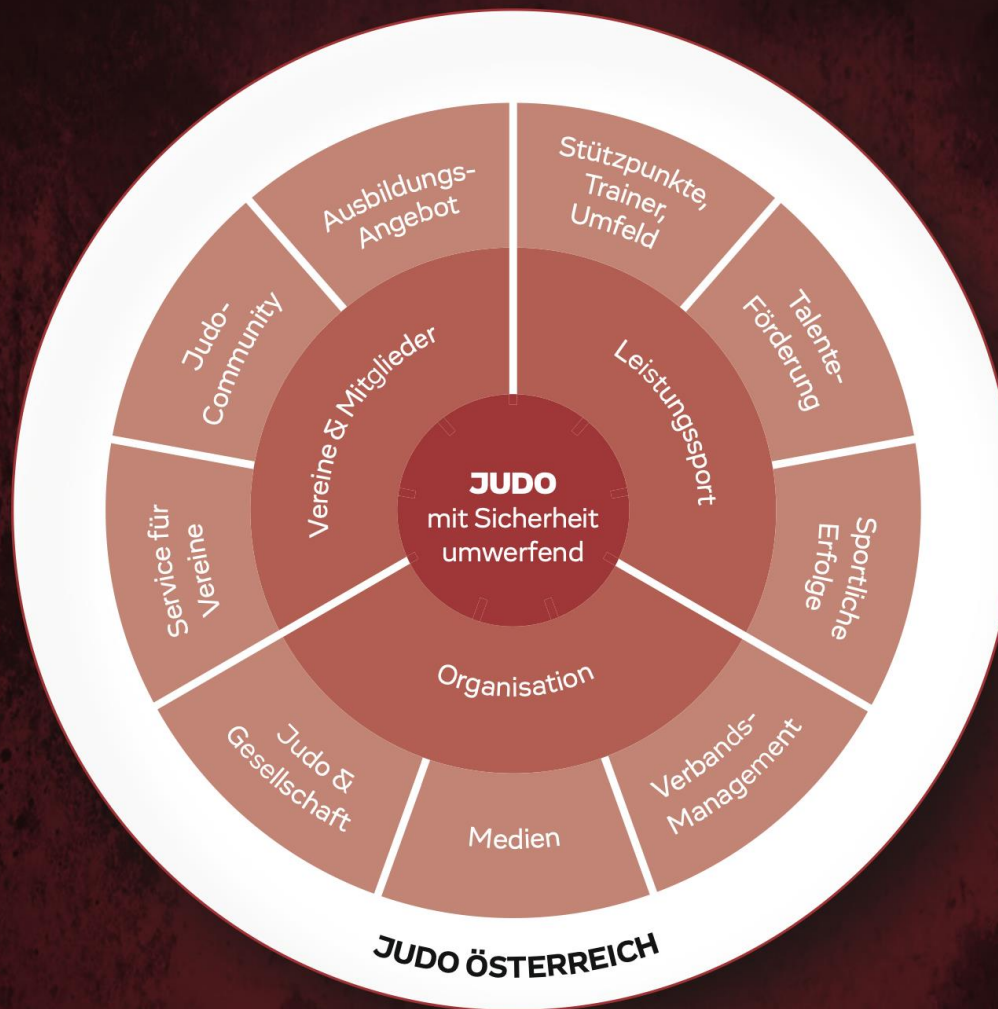


„Vom Weißgurt zum Top-Judoka“

Wie kann der Weg einer Sportlerin von der ersten Judostunde bis ins Erwachsenenalter aussehen?

- Auf Basis der **ÖJV-Strategie 2032**
- Gliederung in Stufen → Angebote ÖJV/LV

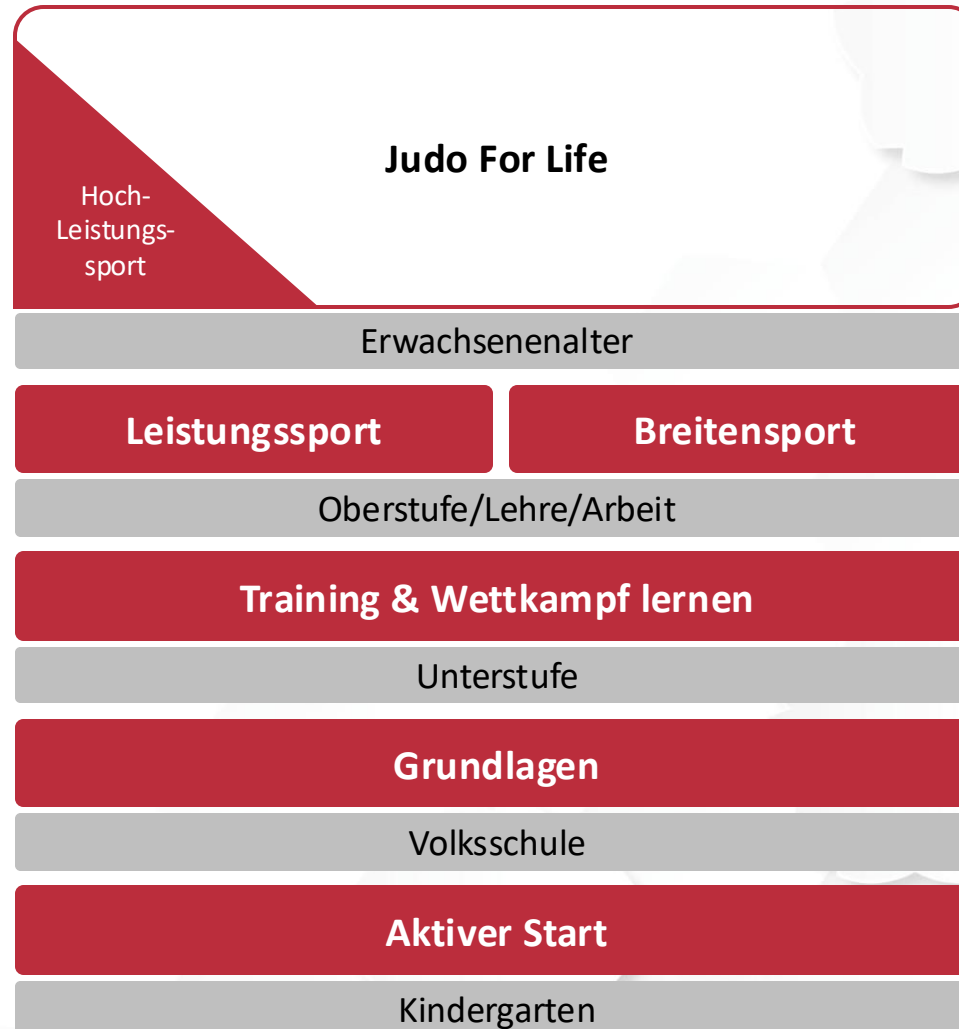






Auszug aus den Zielsetzungen & Maßnahmen

Service für Vereine:	Steigerung der Vereinzahl & Mitglieder, Informations-/Schulungsangebote, Vereinsgütesiegel, Checklisten zur Unterstützung
Judo-Community:	Unterstützung der Judo-Communities, Professionalisierung Judo-Bundesligen, alternative WK-Formate, Judo als Partner in Schule und Nachmittagsbetreuung
Ausbildung:	TrainerInnen-Lizenz, Angebot an Aus- und Fortbildungen erhöhen
Leistungssport:	Stützpunktsystem weiter ausbauen, TN-Zahlen bei ÖMs erhöhen, Anzahl an Berufs-TrainerInnen steigern, Austrian Cups aufwerten, Medaillen bei EM/WM/OS
Verbandsmanagement:	Förderungen sicherstellen, Effiziente Verwaltung, JAMA optimieren, Austausch ÖJV/LV/Vereine intensivieren, internationale Judo-Events in Österreich
Medien & Öffentlichkeit:	öffentliche Sichtbarkeit von Judo steigern, Medienwert erhöhen, Medienleitfaden für LVs/Vereine
Judo & Gesellschaft:	Entscheidungen auf Basis von Good Governance, Ehrenamt fördern, Vernetzung von Judo Austria in nat./int. Gremien, Respekt & Sicherheit als Schwerpunkt



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 1

„Kindergarten“



Stufe 1 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 1 - Charakteristik

- Kinder im Alter 4-6 Jahre
- 1x wöchentliches Training
- Bezugsperson TrainerIn
- Kaum weitere Angebote abseits des Trainings





Stufe 1 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Fokus Rollen, Fallen, Spielen
- Spaß auf der Matte
- Erstkontakt mit der Sportart Judo
- Mitgliedergewinnung





Stufe 1 – Herausforderungen

- Gesamtverständnis für Judo noch kaum vorhanden
- Starker Einfluss Eltern
- Pädagogische Anforderungen an TrainerIn höher als Judo Fachwissen



Stufe 1 – Angebote ÖJV/LV

- Sonnengrade
- Judowerte





Stufe 2

„Volksschule“



Stufe 2 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 2 - Charakteristik

- 6-10 Jahre
- 1-3x wöchentliches Training
- Oft eingebunden in Schulen/Nachmittagsbetreuung
- Bezugsperson TrainerIn





Stufe 2 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Spaß am Judosport
- Basisausbildung Grundtechniken
- Judo- und Regelverständnis
- Kyu Prüfungen
- Erste Turniererfahrungen auf Vereins-/LV Ebene



Stufe 2 – Herausforderungen

- Bei Schulgruppen wenig Elternkontakt
- ehrgeizige Eltern
- Ende der Volksschulzeit kann zu Judo-Ende führen
- Wettkampfehrgeiz bei jungen Judoka wecken



Stufe 2 – Angebote ÖJV/LV

- Kyu Prüfungen
- Anfängerturniere
- Schülerkadertrainings
- Kyu Videos



YouTube interface showing a video player and a list of related videos.

10_Kyu
15 Videos • 4.107 Aufrufe • Zuletzt am 13.05.2020 aktualisiert

Österreichischer Judoverband **ABONNIEREN**

Suchen

Video Title	Channel	Duration
QR001 Fall rückwärts aus dem Hockstand	Österreichischer Judoverband	0:18
QR002 Fall seitwärts aus dem Hockstand	Österreichischer Judoverband	0:24
QR003 Fall vorwärts aus dem Kniestand	Österreichischer Judoverband	0:22
QR004 Rolle vorwärts aus dem Halbkniestand	Österreichischer Judoverband	0:31
QR005 Rolle rückwärts aus dem Hockstand	Österreichischer Judoverband	0:28



Stufe 3

„Unterstufe“



Stufe 3 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 3 - Charakteristik

- 10-14 Jahre
- 2-5x wöchentliches Training
- Erster Fokus auf Leistungssport möglich (Unterstufen-Leistungssportmodelle)
- Bezug: Vereins-TrainerIn, Landes-TrainerIn





Spaß am Judo-Leistungssport

- Fokus auf regionalen/nationalen Vergleich
- Startende Spezialisierung im Technikbereich
- Startende Judo-Wettkampfausbildung
- Zusatztraining im körperlichen Bereich möglich
- Erste Kontaktaufnahme mit LandestrainerIn
- Landeskadertrainings und erste nationale Sichtungen
- Erste internationale Turniererfahrungen und Teilnahme an ÖMs



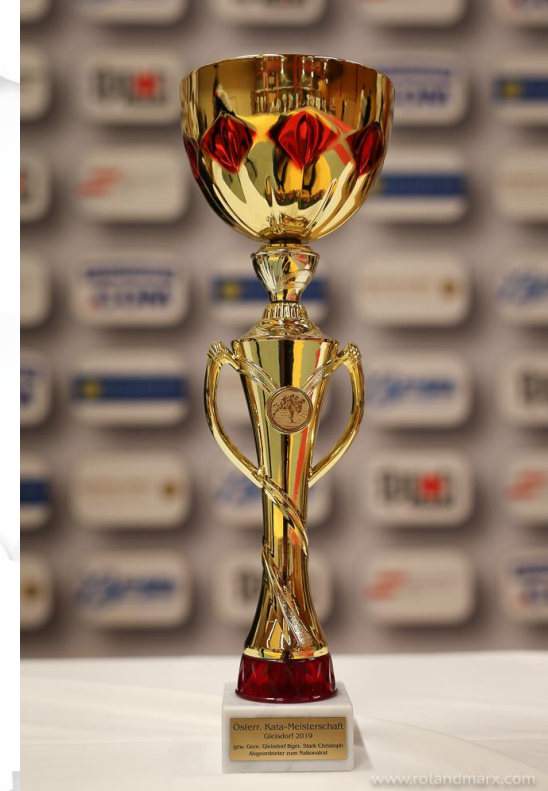
Stufe 3 – Herausforderungen

- Beginnende Pubertät
- Schulwechsel, Beginn einer Ausbildung bzw. Berufsbeginn
- Drop-Out-Gefahr besonders hoch
- Jugendliche richtig „weiterführen“
(fließende und vermehrte Aufgabenübernahme der LV)
- Leistungssportorientierung fördern und ermöglichen
(hoher Zeit- und Ressourceneinsatz der TrainerInnen notwendig)
- Zusammenarbeit Landesverbände und Vereine



Stufe 3 – Angebote ÖJV/LV

- Judo-Leben kennenlernen“ (Vereinsaktivitäten auch außerhalb des Trainings)
- Landesmeisterschaften bzw. Landeskader
- Aufnahme in nationale Sichtungskader
- Unterstufenschulmodelle (zB.: OÖ)
- Kyu-Prüfungsangebot (langfristiges Ziel Dan-Prüfung)





Stufe 4

„Oberstufe“



Stufe 4 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 4 - Charakteristik

- 15-20 Jahre
- 3-7x wöchentliches Training
- Altersklassen U18/U21
- Internationale Höhepunkte EM/WM Nachwuchs
- Fokus auf Leistungssport
(Oberstufen-Leistungssportmodelle)
- Bezug: Vereins-, Landes-, NationaltrainerIn



**Wechsel von Leistungssport auf Breitensport möglich,
oft fließender Übergang**



Stufe 4 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Schaffung der Grundlagen für den Judo-Hochleistungssport
- Fokus auf internationalen Vergleich und Spitzensport
- Ausbau und Entwicklung des Technikprofils
- Erwerb von taktischen Grundlagen
- Körperliches Training nimmt stark zu
- Umfeldbetreuung ein wichtiger Parameter

Breitensport:

- Spaß am Judosport erhalten
- Bundesliga und nationale Turniere auch für BreitensportlerInnen
- Alternative Angebote anbieten, abseits vom Wettkampf (Dan-Prüfung, Kampfrichter, Administration, ÜbungsleiterIn)



Stufe 4 – Herausforderungen

- Leistungssport als Lebenseinstellung!
- Leistungsniveau verdichtet sich - Spezialisierung auf Leistungssport
- Motivation aufrechterhalten – Ablenkungen kennen und darauf reagieren
- Drop-Out nach Schulabschluss („Jetzt machst du aber etwas gescheites!“)
 - Karriereoptionen darstellen!
- Alternative Angebote um Jugendliche beim Judo zu halten!
- Wettkampf auch abseits vom int. Leistungssport möglich → Bundesliga, Turniere,...



Stufe 4 – Angebote ÖJV/LV

Oberstufen-Schulmodelle Leistungssport

Aufnahmeverfahren, Abstimmung Schule-Sport, Umfeldbetreuung

Judo-Standorte in ganz Österreich:

- SLZ Wien West
- BSFZ Südstadt
- BSSM Oberschützen
- SLZ St. Pölten
- Talentezentrum Oberösterreich
- SSM Salzburg
- NLZ Steiermark
- NWLS Tirol
- Sportgymnasium Dornbirn





Stufe 4 – Angebote ÖJV/LV

Grundwehrdienst bzw. Frau in Ausbildung im Heeressport

Möglichkeit Leistungssport professionell zu betreiben

Grundwehrdienst:

- Meldung März nach Aufforderung durch ÖJV
- 6 Monate als Leistungssportler → dann Möglichkeit auf Fixplatz!

Frau im Ausbildungsdienst:

- Meldung im November nach Aufforderung durch ÖJV
- 1 Jahr als Leistungssportlerin → dann Möglichkeit auf Fixplatz!



Weitere Informationen auf kommenden Folien!



Alternative Angebote

Im folgenden Kapitel werden weiterführende Angebote aus folgenden Bereichen angeführt:

- Kata
- Kampfrichter
- Trainerausbildung
- Bundesheer
- Polizei
- KADA
- Administration



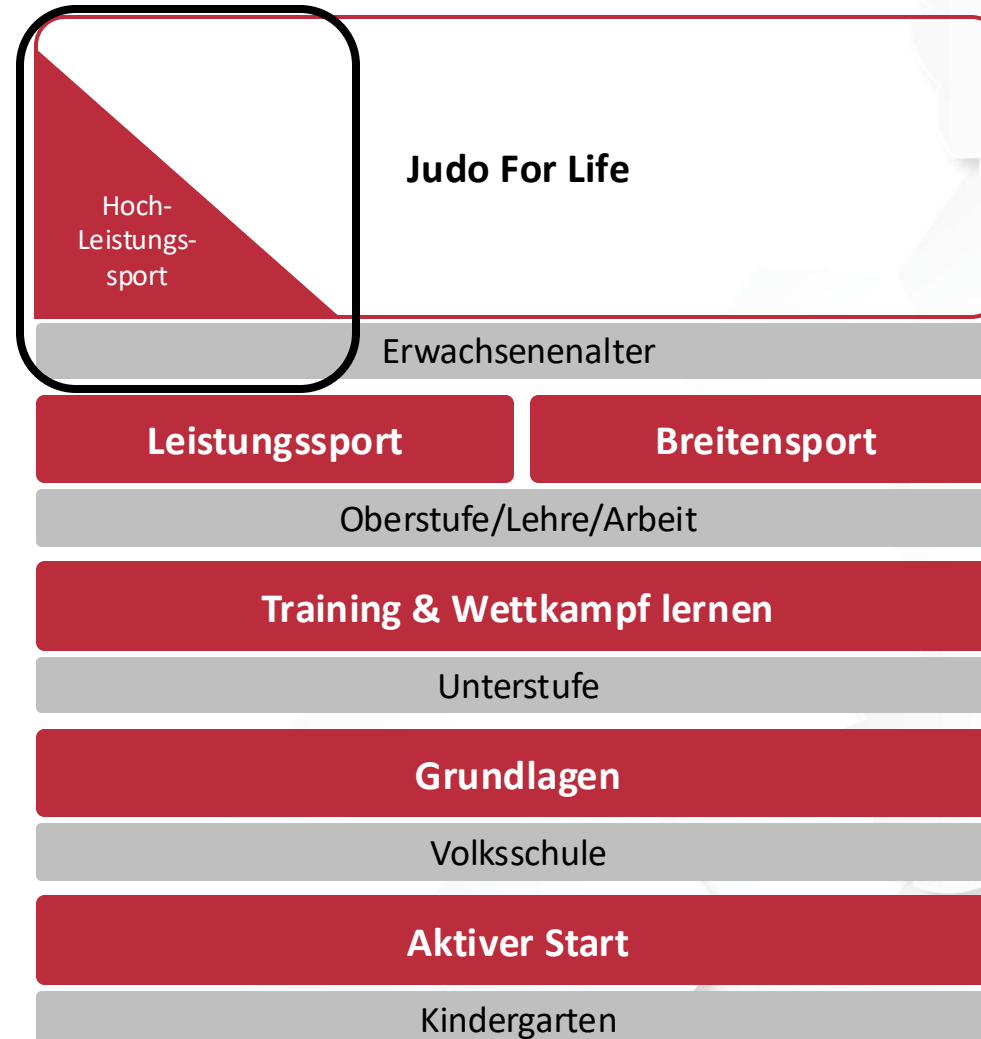


Stufe 5

„Erwachsene“



Stufe 5 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 5 – Charakteristik Hochleistungssport

- 18 Jahre und älter
- Mind. 5x wöchentliches Training
- Altersklassen U21/U23/AK
- Fokus auf Hochleistungssport
- „Leben als LeistungssportlerIn“
- Umfeld optimal ausgerichtet
- Bezug: NationaltrainerIn und LandestrainerIn





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



- 100% Fokus auf Leben als LeistungssportlerIn
- Soziale & finanzielle Absicherung
- Optimales Umfeld
- Umgang mit Rückschlägen
(Verletzungen, Niederlagen)
- Karriereende & Lebenswechsel





Leistungssportkonzept

- Konzept auf Basis von aktuellen Best-Practice-Beispielen
- Gemeinsames Training in Österreich
(z.B. A-Kader absolviert 75% aller Trainingsmaßnahmen gemeinsam)
- ÖJV-Bundesstützpunkt Linz → ÖJV-Stützpunkte
- Klare Einordnung aller Beteiligten (Nationaltrainer, Landestrainer, etc) mit Rollen, Verantwortlichkeiten und Pflichten in diesem Leistungssportkonzept
- Transparent, nachvollziehbar und offen kommuniziert





Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV Hochleistungssport



Vorstand

Sportdirektor
Markus Moser

Headcoach/NT Elite: 100%
Zuständigkeit & Verantwortung (365 Tage, 24/7) über Elitebereich (A-Kader, HSZ) durch Yvonne Bönisch & Miguel Ogando

NT AK: Unterstützung Headcoach, Sicherstellung des Trainingsbetriebs am Bundesstützpunkt, Betreuung des Kaders U23/AK bei Maßnahmen.

NT Übergang (U21/U23): Jaromir Jezek und Michael Winkler verantworten den Übergangsbereich zwischen Nachwuchs und AK.

NT Nachwuchs (U16/U18): Der Nachwuchsbereich wird von Martin Grafl, Bernhard Weißsteiner und Lisa Dengg betreut. Fokus liegt auf der Umsetzung eines gemeinsamen Ausbildungskonzepts.

StützpunkttrainerInnen: Leiten den Trainingsbetrieb auf ihrem Stützpunkt für ÖJV-Kader nach den Vorgaben des ÖJV-Trainerteams

Elite

Übergang

Nachwuchs

Headcoach
Yvonne Snir-Bönisch

Nationaltrainer Elite
Miguel Ogando Lopes

Nationaltrainer AK
offen

Nationaltrainer Übergang
Jaromir Jezek

Nationaltrainer Übergang
Michael Winkler

Nationaltrainer Nachwuchs
Martin Grafl

Nationaltrainer Nachwuchs
Bernhard Weißsteiner

Nationaltrainerin Nachwuchs
Lisa Dengg

ÖJV-Bundesstützpunkt
ÖJV-Stützpunkte

Stützpunkt Linz
Florian Doppelhammer

Stützpunkt Südstadt
Axel Eggenfellner, Jozef Krnac

Stützpunkt Tirol
Anna-Katharina Told

Stützpunkt Vorarlberg
Michael Greiter

Stützpunkt Salzburg
Marianne Niederdorfer, Julius Meinel

Stützpunkt Niederösterreich
Adi Zeltner

LVs & Vereine

Landes- und VereinstrainerInnen



Heeressport



Das Österreichische Bundesheer ist einer der größten Förderer des Leistungssports!

Jul. - Dez.	HSZ Grundwehrdienst (6 Monate) <i>Ca. 3-4 Aufnahmen Judo pro Jahr</i>	HSZ „Frau in Ausbildung“ (12 Monate) <i>Ca. 1-2 Aufnahmen Judo pro Jahr</i>
Jän. - Jun.	HSZ Soldat in Vorbereitung (8-10 Monate) <i>Für Sportler, die danach aufgenommen werden</i>	
Jul. - Okt.		HSZ Soldat in Vorbereitung (2-4 Monate) <i>Für Sportler, die danach aufgenommen werden</i>
Ab Nov.	Militärperson auf Zeit (HSZ LeistungssportlerIn)	



Polizei



Das Innenministerium (Polizei) als wichtiger Partner des Österreichischen Sports!

Zwei Optionen möglich:

1. Aufnahme in den Leistungssportkader der Polizei
 - *Normaler Polizeidienst mit zusätzlichem Sonderurlaub für Leistungssportler*
2. Aufnahme in den Spitzensportkader der Polizei
 - *Für Top-Sportler*
 - *Flexiblere Ausbildungszeit (bis zu 5 Jahre, statt der üblichen 2 Jahre)*
 - *Bis zu 6 Monate Dienstfreistellungen für den Spitzensport*



Zollsport



Das Bundesministerium für Finanzen (BMF) als wichtiger Partner des Österreichischen Sports!

Neue Option seit August 2024:

1. Aufnahme in den Spitzensportkader des Zollsport
 - *Für Top-Sportler*
 - *Flexible Ausbildungszeit und Dienstgestaltung*
 - *Bis zu 8 Monate Dienstfreistellungen für den Spitzensport*



Justizwache



Das Bundesministerium für Justiz (BMJ) als wichtiger Partner des Österreichischen Sports!

Neue Option seit April 2025:

1. Aufnahme in den Spitzensportkader des Zollsport
 - *Für Top-Sportler*
 - *Flexible Ausbildungszeit und Dienstgestaltung*
 - *Bis zu 8 Monate Dienstfreistellungen für den Spitzensport*



KADA – Karriere danach



KADA ist die österreichische Institution für Duale Karriere und Berufliche Integration im Spitzensport.

- Unterstützung von LeistungssportlerInnen in Universität, Lehre oder Ausbildung
- BetreuerInnen begleiten die SportlerInnen und wissen über bestehende Kooperationen und Möglichkeiten Bescheid



Judo Austria Stipendium

Unterstützung von alternativen Karrierewegen und StudentInnen um SportlerInnen professionelle Sportausübung und die Partizipation an der Trainingsgruppe zu ermöglichen:

- Aktives Studium (oder ähnliche Ausbildung)
- Studienfortschritt (Kriterien individuell vereinbart)
- Erhalt des Kaderstatus bzw. der Leistungskriterien
- Förderung im Ausmaß von ca. EUR 500/Monat



Stufe 5 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Lebenslanger Judobetrieb!

- Judoka, die keine Wettkämpfe bestreiten wollen
- Judoka, die Wettkampfsport abseits von int. Turnieren machen möchten (BundesligakämpferInnen)
- Begeisterung für den Judosport
- Suche nach alternativen Herausforderungen





Stufe 5 – Zielsetzung/Schwerpunkte „Judo For Life“

- Judo als Lebenseinstellung
- Judo als Gemeinschaft
- Judo als Fitnessprogramm
- Herausforderungen abseits des Wettkampfs anbieten
- Ehemaligen Wettkämpfern neue Perspektiven geben





Stufe 5 – Herausforderungen „Judo For Life“

- Judo nicht mehr Priorität im Leben
- Wert von Judoka nicht über Wettkampfleistung definieren
- Judo Begeisterung für neue Wege nutzen



Trainerausbildung

- **Übungsleiterkurs** meist schon ab 15 Jahren und Braungurt möglich - Landesverband
- **Instruktor** - ÖJV
- **Staatlich geprüfter TrainerIn** – ÖJV mit BSPA
- **DiplomtrainerIn** – ÖJV mit BSPA

Zusätzlich laufend Fortbildungsangebote LV, ÖJV





Kata/technisch orientierter Judosport

- Dan Prüfung oft Erstkontakt mit Kata
- Kata Meisterschaften
- Kata als Basis für höhere Dangraduierungen
- Kata Judges



Kata = Judo Technikprinzipien mit festgelegten Abläufen



KampfrichterIn

- Junior Referees im Landesverband ab 16 Jahren
- LandeskampfrichterIn (LV)
- BundeskampfrichterIn (ÖJV)
- Int. B-KampfrichterIn (EJU)
- Int. A-KampfrichterIn (IJF)
- Olympia KampfrichterIn (IJF)





Verein/Landesverband

- Wettkampfleitung
- Streaming
- Medienarbeit
- Veranstaltungsorganisation
- Vereinsverwaltung
- Vorstandsfunktion
- Dan Kollegium

ÖJV

- Österreichisches Dan Kollegium
- ÖJV Vorstand
- Pooltrainer
- Wettkampfleitung
- Event Technik/EDV/Streaming





Fragen?

Danke!



ÖSTERREICHISCHER JUDOVERBAND

Wehlistr. 29/1/111 | 1200 Wien
office@judoaustria.at | www.judoaustria.at

@ JudoAustria

f JudoAustria