



Impulsprogramm Frauen

Schweizerischer Handball-Verband

02.12.2024 / Ariane Pejkovic



4 Bereiche mit Handlungsbedarf

1. Professionelle Rahmenbedingungen für Spielerinnen
2. Athletik
3. Mentale Stärke
4. Stärkung Concordia Handball-Akademie



1. Professionelle Rahmenbedingungen



Herausforderung

- Finanzielle Lage / Arbeitsbelastung
- Belastungssteuerung
- Karriereplanung
- Trainingsmassnahmen auf intern. Niveau

Ziele

- Maximales Arbeitspensum von 50% bei Kaderspielerinnen
- Professionelles Umfeldmanagement für Kaderspielerinnen und Development Teams
- Trainingsmassnahmen auf intern. Niveau erhöhen



1. Professionelle Rahmenbedingungen



Geplante Massnahmen

- ➡ Direkte finanzielle Unterstützung / maximales Arbeitspensum von 50%
- ➡ Umfeldmanagerin 40%
- ➡ Trainingsmassnahmen Development Kader U18/U23

Aktueller Stand Jan. 2025

- ➡ Einstellung Umfeldmanagerin (Seraina Hofstetter), 40% ab 01.11.2024
 - Vorstellungsphase, erste Gespräche, Zielformulierung
 - Übergabe Athletenberater Alfred Zahner
- ➡ Trainingsmassnahmen Development Kader U18/U23
 - Kaderselektion und Infoveranstaltung
 - Stützpunkte U18 / Trainingsmassnahmen U23
- ➡ Finanzielle Unterstützung noch nicht umgesetzt, zu kurzfristig -> Planung Sommer 2025



2. Athletik



Herausforderungen

- Schlechte athletische Verfassung im internationalen Vergleich
- Teilweise mangelnde Betreuung in den Vereinen (auch im Ausland)
- Unterschiedliche Trainingsmethodik

Ziele

- Standardisierte Leistungsdiagnostik bei A-Nationalteam und Nachwuchs NT
- Professionelle Athletikbetreuung für Kaderspielerinnen und Development Teams
- Stärkung der Vereine durch Know How Transfer



2. Athletik



Geplante Massnahmen

- ➡ Regelmässige Leistungsdiagnostik in ZA mit BASPO
- ➡ Individuelle Trainingsplanung in ZA mit Vereinen
- ➡ Athletiktrainerin 40%

Aktueller Stand Jan. 2025

- ➡ Einstellung Athletiktrainerin (Patrizia Brunner), 40% ab 01.11.2024
 - Vorstellungsphase, Priorisierung Spielerinnen und Planung ab 2025
 - Zusammenarbeit mit BASPO
- ➡ Leistungsdiagnostik im April 2024 mit BASPO mit anschliessender Sommerplanung
 - Fokus EURO 2024
 - Retesting März 2025 -> Sommerplanung 2025



3. Mentale Stärke



Herausforderungen

- Druck Heim EURO 2024 / Teambuilding mit Fokus EURO 2024
- Individuelle mentale Stärke
- Mentale Gesundheit mit Blick auf Profikarriere im Ausland

Ziele

- Mental starker Auftritt bei Frauen EURO 2024
- Bewusstsein für Wichtigkeit der mentalen Stärke



3. Mentale Stärke



Geplante Massnahmen

- ➡ Mentale Vorbereitung Heim EURO 2024 (in ZA mit BASPO)
- ➡ Mentale Vorbereitung weitere Grossanlässe (in ZA mit BASPO)
- ➡ Individuelle Begleitung nach Bedarf und Bedürfnissen (ZA mit BASPO oder indiv. Lösung)

Aktueller Stand Jan. 2025

- ➡ Deutlich erkennbare Verbesserung der mentalen Stärke und Fokus einzelner Spielerinnen
- ➡ Ausbau individuelle Betreuung
- ➡ Mentale Vorbereitung WM Qualifikation April 2025



4. Stärkung der Concordia Handball-Akademie

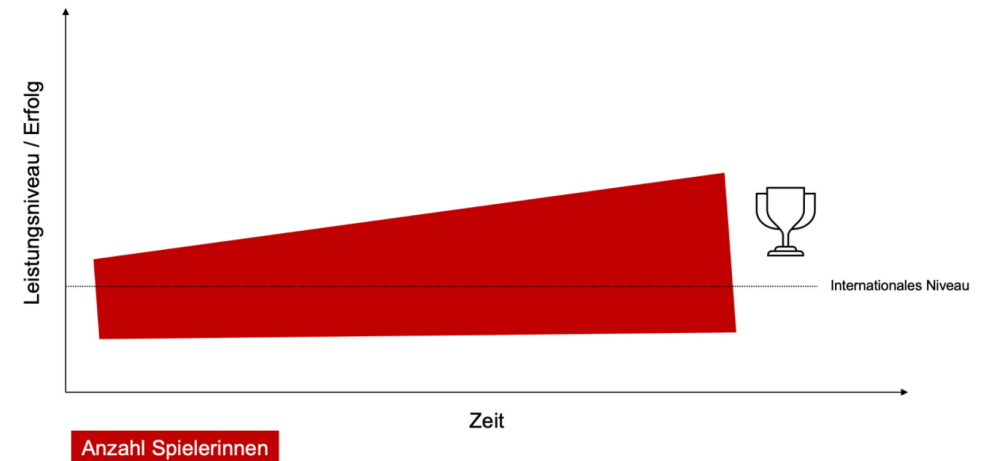


Herausforderungen

- Kleine Trainingsgruppe, unterschiedliche Leistungsniveaus
- Von Qualität zu Quantität

Ziele

- Erweiterung der Akademie (bis 18 Spielerinnen)
- Minimierung der Drop outs
- Optimale Förderung durch individualisierte Angebote



4. Stärkung der Concordia Handball-Akademie



Geplante Massnahmen

- ➡ Schrittweise Aufnahme von mehr Spielerinnen
- ➡ Angepasstes Konzept nach Leistungsniveau (nachhaltige Lösung)
- ➡ Anpassung Gastspielerinnen Konzept (Stärkung der Trainingsgruppe)

Aktueller Stand Jan. 2025

- ➡ Finale Selektion für Sommer 2025, voraussichtlich 17 Spielerinnen (aktuell 13 Spielerinnen)
- ➡ In Verhandlung für neue Verträge mit OYM ab Sommer 2025 (individuelle Anschlusslösungen)



Vielen Dank!



Ariane Pejkovic

Schweizerischer Handball-Verband (SHV)
Tannwaldstrasse 2
4600 Olten

handball.ch

