

Nachgefragt und zugehört bei Michi Rüegg, Leichtathletik

Sportart	Leichtathletik und Triathlon
Aktuelle Trainer/Coach-Tätigkeit	50% Nationaltrainer Swiss-Athletics 50% Vereinstrainer TG Hütten
Berufs- oder /und Diplomtrainer seit	Diplomtrainer seit 2008
Welches waren deine Tätigkeiten als Trainer / Coach in den letzten 16 Jahren?	Seit 2006 bei TG Hütten als Trainer für Lauf und Triathlon; seit 2015 Nationaltrainer Swiss-Athletics für Steeple, Cross, Langstrecken, Marathon (seit 2020)
Wie sieht deine aktuelle Trainer-/ Coach-Tätigkeit heute aus?	Alles, was ich angefangen habe, mache ich immer noch.
Was hat dich als Trainer/Coach auf deinem Werdegang als Trainer/Coach am meisten beeinflusst?	Die Athletinnen und Athleten.
Welches waren deine Meilensteine in deiner Entwicklung als Trainer / Coach?	Meine ersten eigenen Athletinnen und Athleten (noch als Ehrenamtlicher), die erste Anstellung als Trainer (bei einem Verein) und die erste internationale Medaille (Berlin 2018).
Welches waren für dich die wichtigsten Meilensteine während deiner Trainerausbildung?	Die Diplomarbeit, die verschiedenen Hospitationen und natürlich der Abschluss.
Wie hast du (damals) die Trainerausbildung erlebt?	Vor allem als Austausch unter Kollegen und Fachexperten.
Was hat sich in den letzten 20 Jahren im Trainerberuf verändert?	Bessere Vernetzung, schnellerer Austausch, mehr und schnellere Informationen, Athleten sind heute besser informiert und fordernder, neue Tätigkeitsfelder, mehr Experten.
Welches sind heute die, aus deiner Sicht, wichtigsten Kompetenzen eines Top Trainers / Coaches?	Athleten verstehen können, vernetztes Denken und die (richtigen) Entscheidungen treffen.
Wie siehst für dich eine TOP Trainer / Coach-Ausbildung heute aus?	Austausch mit anderen, Erfahrungen machen (v.a. bei Hospitationen und in Diskussionen bei/mit anderen Trainer), Fachwissen von aktuellen Fachexperten vermittelt bekommen.
Was verbindet dich heute mit der Trainerausbildung Schweiz?	Der Kontakt mit den Personen/Persönlichkeiten.
Was macht die Faszination der Trainerausbildung Magglingen aus?	(Fast) alles an einem Ort und die Verbindung der verschiedenen Sportarten.
Wie sieht dein Blick in die Zukunft bezüglich Trainerausbildung aus?	Positiv. Dies ist ein grosser und wichtiger Teil der Spitzensportlandschaft Schweiz. Ohne ausgebildete Trainer gibt es keine Erfolge.
Welche Botschaft gibst du der Trainerausbildung auf den Weg?	Aktuell und flexibel bleiben, Persönlichkeiten (mit) entwickeln.