

Athletenbiographie

All deine Angaben werden vertraulich behandelt. Sie haben zum Ziel, deine Situation einzuschätzen und inwieweit wir dich bei der Ausübung des Fechtsports unterstützen können. Besten Dank für das vollständige Ausfüllen des Fragenkatalogs.

1.) Persönliche Angaben

Name: Scheuner
Vorname: Joel

Geburtsdatum:
Sprachen:

Adresse:
PLZ/Ort:

Telefonnummer:
Email:

Größe in cm:
Gewicht in kg:

Fechthand: Rechts ☐ Links ☐
Griff Klassisch ☐ Orthopädisch ☐

Verein:

Maître/Trainer:

Swiss Olympic (Talents) Card: Keine ☐ Regional ☐ National ☐

2.) Sportbiographie

Seit wie vielen Jahren fechtest du?

Nimmst Du regelmäßig an Wettkämpfen teil? Ja ☐ Nein ☐
Wenn ja, auf welchem Niveau? Regional ☐ National ☐ International ☐

Wo liegen deine Stärken? (je zwei ankreuzen)
Offensive ☐ Defensive ☐ Gegenoffensive ☐ Zweite Absicht ☐
Kraft ☐ Ausdauer ☐ Beweglichkeit ☐ Schnelligkeit ☐ Koordination ☐

Wie lauten deine auf das Fechten bezogene Ziele?

	Beste 50% National	Qualifikation Int. Wettkampf	Qualifikation EM/WM	Medaille EM/WM
Kurzfristig (bis 1 Jahr)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mittelfristig (2-4 Jahre)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Langfristig (4-9 Jahre)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Betreibst du andere Sportarten und wenn ja wie intensiv?
Ja ☐ → Locker ☐ Mittel ☐ Intensiv ☐
Nein ☐

Hast du früher andere Sportarten betrieben und wenn ja wie intensiv?
Ja ☐ → Locker ☐ Mittel ☐ Intensiv ☐
Nein ☐

Wie viel Zeit investierst du pro Woche mit folgender Aktivität? (Siehe S. 4 «Wochenplan»)

Fechten..... Lektion..... Kraft..... Ausdauer..... Reisezeit.....

3.) Medizinische Daten

Hattest du in der letzten Saison eine oder mehrere Verletzungen?

Keine ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ Mehr als 4 ☐

Musstest du diese Saison auf Grund einer Verletzung pausieren und wenn ja wie viel?

Ja ☐ → 1-2 Wochen ☐ 3-4 Wochen ☐ Mehr als 4 Wochen ☐
Nein ☐

Hattest du vorher Verletzungen und wenn ja wie viel musstest du insgesamt pausieren?

Ja ☐ → > 1 Monat ☐ 1-2 Monate ☐ Mehr 2 Monate ☐
Nein ☐

Falls du verletzt warst, wo war diese? (mehrere Antworten möglich)

Ja ☐ → Arm/Hand ☐ Schulter ☐ Hüfte ☐ Knie ☐ Weitere ☐
Nein ☐

Hast du diese Saison sonst noch Trainings nicht besucht und wenn ja, wie viel insgesamt?

Ja ☐ → 1-2 Wochen ☐ 3-4 Wochen ☐ Mehr als 4 Wochen ☐
Nein ☐

Falls du diese Saison ein Training ausgelassen hast, was war der Grund?

Ja ☐ → Schule ☐ Psychische Erschöpfung ☐ Krankheit ☐ Weitere ☐
Nein ☐

Profitierst du von Angeboten um deine Leistung zu steigern? (mehrere Antworten möglich)

Physiotherapie ☐ Mentales Training ☐ Konditionstraining ☐ Weitere ☐

4.) Umfeld

Wie finanzierst Du Deine Sportart? (mehrere Antworten möglich)

Eltern ☐ Verein ☐ Verband ☐ Sponsoren ☐ Sporthilfe ☐ Andere ☐

Wie ist nächste Saison deine schulische Situation?

Obligatorische Schule ☐ Lehre ☐ Gymnasium ☐ Hochschule ☐

Bist du in deiner Ausbildung in einem Förderprogramm für Sportler und wenn nein, weshalb?

Nein ☐ → Keine Infos ☐ Kein Interesse ☐ Nicht vorhanden ☐ Nicht aufgenommen ☐
Ja ☐

Wie gut fühlst du dich von deinem Umfeld (Eltern, Schule, Trainer etc.) unterstützt?

Wünschte mir mehr ☐ Bin zufrieden ☐ Wünschte mir weniger ☐

Was könnte Swiss Fencing deiner Meinung verbessern? (Mehrere Antworten möglich)

CEPE ☐ Lager ☐ Turniere ☐ Finanzen ☐ Karriereplanung ☐ Keine ☐



5.) Leistungsmotivation und Verhaltenstendenzen

	trifft nicht auf mich zu	trifft weni- ger auf mich zu	trifft mehr- heitlich auf mich zu	trifft genau auf mich zu
Es ist mir wichtig zu zeigen, dass ich besser bin als die anderen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich vergleiche meine Leistungen hauptsächlich mit den Leistungen anderer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es ist wichtig für mich, etwas immer wieder zu versuchen, auch wenn ich Fehler mache.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es ist mir wichtig, besser als die anderen abzuschneiden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es ist mir wichtig, mein Können immer zu verbessern.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich schaue vor allem, ob ich besser bin als die anderen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es ist mir wichtig, immer besser zu werden und Fortschritte zu machen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich versuche immer mein Bestes zu geben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenn ich neue Dinge gelernt habe, möchte ich gerne noch mehr lernen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es macht mir Spass, im Sport Sachen zu versuchen, die für mich ein bisschen schwierig sind.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich mag Situationen im Sport, in denen ich merke, wie gut ich bin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenn ich eine Aufgabe im Sport nicht sofort schaffe, werde ich unsicher oder ängstlich.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aufgaben im Sport, die etwas schwierig zu lösen sind, treiben mich an.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es gefällt mir nicht, mich im Sport einzusetzen, wenn ich nicht sicher bin, ob ich es schaffe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aufgaben im Sport, welche eine hohe Leistung verlangen und etwas schwierig sind, beunruhigen mich.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mich treiben Situationen im Sport an, bei denen ich mein Können testen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bei Herausforderungen im Sport, von denen ich glaube, dass ich sie schaffen kann, habe ich Angst, dass ich es nicht kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich mag es, im Sport vor eine etwas schwierige Aufgabe gestellt zu werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es beunruhigt mich im Sport etwas zu tun, wenn ich nicht sicher bin, dass ich es kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6.) Bestätigung

Hiermit bestätigst du sowie dein Maître/Trainer den Fragebogen gewissenhaft ausgefüllt zu haben und die angegebenen Daten im Fragebogen stimmen (Datum/Unterschrift).

Athlet/in..... Maître/Trainer.....

Wochenplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
06.00								06.00
07.00								07.00
08.00								08.00
09.00								09.00
10.00								10.00
11.00								11.00
12.00								12.00
13.00								13.00
14.00								14.00
15.00								15.00
16.00								16.00
17.00								17.00
18.00								18.00
19.00								19.00
20.00								20.00
21.00								21.00
22.00								22.00

Schule
Lernen
Fechten
Lektion
Kraft
Ausdauer
Reisezeit