

Ablauf von Trainings- und Wettbewerben bei Special Olympics Vorarlberg

1. Wöchentliche Trainings

- Zielgruppe: Kinder ab 8 Jahren, Jugendliche und Erwachsene mit mentalen und/oder mehrfache Beeinträchtigungen
- Regelmäßigkeit: Die Trainings finden wöchentlich statt und sind die Grundlage für eine erfolgreiche Teilnahme an Wettbewerben.
- Inhalte: Die Trainingseinheiten sind individuell auf die Bedürfnisse der Athlet:innen abgestimmt. Dabei stehen motorische Fähigkeiten, Technik und der Spaß an der Bewegung im Vordergrund. Die Trainings werden von geschulten und gut ausgebildeten Trainer:innen durchgeführt und betreut.
- Bedeutung: Regelmäßige Teilnahme an den Trainings ist eine Voraussetzung für die weitere Wettkampfteilnahme.

2. Teilnahme an regionalen Wettbewerben

- Voraussetzungen:
 - Regelmäßige und engagierte Teilnahme an den wöchentlichen Trainings.
 - Gute Vorbereitung durch Trainer:innen, um die Athlet:innen auf den Wettkampftag vorzubereiten.
- Ablauf:
 - Regionale Wettbewerbe bieten eine erste Möglichkeit, sich mit anderen Athlet:innen zu messen. - Diese Wettbewerbe fördern den Teamgeist und bieten wichtige Wettkampferfahrungen.

3. Nationale- und Internationale Wettbewerbe

- Voraussetzungen:
 - Erfolgreiche Teilnahme an regionalen Wettbewerben.
 - Zusätzliche Trainingsintensität, um sich den höheren Anforderungen anzupassen.
 - Bereitschaft, an nationalen und internationalen Wettkämpfen teilzunehmen, auch wenn Übernachtungen

erforderlich sind. - Ablauf:

- Internationale Wettbewerbe wie die Special Olympics World Games erfordern eine sorgfältige Vorbereitung und Koordination.
- Die Teilnahme ermöglicht den Athlet:innen, sich mit Sportler:innen aus der ganzen Welt auszutauschen und ihre Fähigkeiten unter Beweis zu stellen.

Besonderheiten der Vorbereitung

- Individuelle Förderung: Die Trainer:innen arbeiten eng mit den Athlet:innen zusammen, um deren Potenziale zu entwickeln.
- Soziale Integration: Neben sportlichen Fähigkeiten wird großer Wert auf die Förderung von Selbstvertrauen, Eigenständigkeit und sozialen Kompetenzen gelegt.

Dieser strukturierte Ablauf stellt sicher, dass die Athlet:innen bei Special Olympics Vorarlberg optimal gefördert werden und gleichzeitig Freude an Sport und Gemeinschaft erleben.