



Member of IFF - International Floorball Federation
Ordentliches Mitglied der Bundes Sport Organisation

Österreichischer Floorball Verband (ÖFBV)

Austrian Floorball Association - AFA

Adresse: Andromedastr. 60, 4030 Linz, Austria

ZVR Zahl: 001875439

Email: office@floorball.at, Homepage: <http://www.floorball.at>

Rahmentrainingskonzeption des Österreichischen Floorball Verbands (ÖFBV) Zentrales Steuerungsinstrument des Nachwuchsleistungssports Förderperiode 2027–2030

Der Österreichische Floorball Verband (ÖFBV) verfügt über eine sportartspezifische Rahmentrainingskonzeption als zentrales Steuerungsinstrument des Nachwuchsleistungssports. Ziel dieser Konzeption ist die strukturierte, nachhaltige und langfristige Entwicklung von Nachwuchsathlet:innen im österreichischen Floorball unter Berücksichtigung internationaler Standards, sportwissenschaftlicher Erkenntnisse sowie der spezifischen Anforderungen des modernen Floorballsports.

Die Rahmentrainingskonzeption bildet die fachliche Grundlage für:

- die sportliche Entwicklung von Nachwuchsathlet:innen,
- die Vereinheitlichung nationaler Ausbildungsstandards,
- die langfristige Trainings- und Wettkampfsteuerung,
- die Koordination zwischen Vereinen, Landesverbänden und Nationalteams,
- die nachhaltige Entwicklung leistungsorientierter Nachwuchsstrukturen.

Die Konzeption orientiert sich an internationalen Best-Practice-Modellen des Floorballsports, insbesondere aus der Schweiz und Skandinavien, sowie an den Grundprinzipien der langfristigen Leistungsentwicklung im Nachwuchsleistungssport.

1. Zielsetzungen der Rahmentrainingskonzeption

Kurzfristige Zielsetzungen

- Vermittlung sportartspezifischer Grundtechniken,
- Entwicklung koordinativer und motorischer Basisfähigkeiten,
- Förderung von Spielfreude und langfristiger Sportbindung,
- Aufbau altersgerechter Trainingsstrukturen,
- Einführung standardisierter Entwicklungs- und Beobachtungskriterien.

Mittelfristige Zielsetzungen

- Entwicklung leistungsorientierter Nachwuchsathlet:innen,
- Verbesserung taktischer und spielbezogener Kompetenzen,
- strukturierte athletische Entwicklung,
- Einführung leistungsdiagnostischer Elemente,
- Vorbereitung auf nationale Nachwuchskader und internationale Anforderungen.

Langfristige Zielsetzungen

- nachhaltige Entwicklung international konkurrenzfähiger Athlet:innen,
- stabile Übergänge vom Nachwuchs- in den Elitebereich,
- Reduktion der Drop-Out-Quote,
- Professionalisierung der Nachwuchsausbildung,
- langfristige Leistungsentwicklung unter Berücksichtigung gesundheitlicher und psychosozialer Faktoren.



Member of IFF - International Floorball Federation
Ordentliches Mitglied der Bundes Sport Organisation

Österreichischer Floorball Verband (ÖFBV)

Austrian Floorball Association - AFA

Adresse: Andromedastr. 60, 4030 Linz, Austria

ZVR Zahl: 001875439

Email: office@floorball.at, Homepage: <http://www.floorball.at>

2. Altersadäquate Entwicklungsstufen

Die Rahmentrainingskonzeption des ÖFBV orientiert sich an sportwissenschaftlich anerkannten Entwicklungsphasen und definiert altersadäquate Schwerpunkte für die Nachwuchsausbildung.

Grundlagenphase (U10–U12)

Schwerpunkte:

- allgemeine koordinative Fähigkeiten,
- Bewegungsschulung,
- technische Grundfertigkeiten,
- Spielformen mit hoher Ballkontaktanzahl,
- Entwicklung von Freude an Bewegung und Sport.

Trainingsprinzipien:

- vielseitige Bewegungserfahrung,
- spielerisches Lernen,
- geringe Spezialisierung,
- hohe Motivation und soziale Integration.

Aufbauphase (U13–U15)

Schwerpunkte:

- technische Stabilisierung,
- Entwicklung des Spielverständnisses,
- koordinative Spezialisierung,
- Einführung einfacher taktischer Inhalte,
- altersgerechte Athletikentwicklung.

Trainingsprinzipien:

- progressive Belastungssteigerung,
- koordinativ-technische Qualität,
- individuelle Förderung,
- Einführung strukturierter Trainingsplanung.

Leistungsaufbauphase (U16–U19)

Schwerpunkte:

- leistungsorientierte Trainingssteuerung,
- taktische Vertiefung,
- athletische Spezialisierung,
- mentale Entwicklung,



Member of IFF - International Floorball Federation
Ordentliches Mitglied der Bundes Sport Organisation

Österreichischer Floorball Verband (ÖFBV)

Austrian Floorball Association - AFA

Adresse: Andromedastr. 60, 4030 Linz, Austria

ZVR Zahl: 001875439

Email: office@floorball.at, Homepage: <http://www.floorball.at>

- Wettkampf- und Belastungsmanagement,
- Vorbereitung auf internationale Anforderungen.

Trainingsprinzipien:

- systematische Belastungssteuerung,
- leistungsdiagnostische Begleitung,
- individuelle Entwicklungsplanung,
- Periodisierung von Trainings- und Wettkampfphasen.

3. Trainingsprinzipien und Ausbildungsinhalte

Die Rahmentrainingskonzeption definiert sportartspezifische Ausbildungsinhalte in folgenden Bereichen:

Technische Ausbildung

- Ballführung,
- Passspiel,
- Schusstechniken,
- 1-gegen-1-Verhalten,
- Stocktechnik unter Belastung,
- Handlungsschnelligkeit.

Taktische Ausbildung

- Spielverständnis,
- Raumaufteilung,
- Umschaltspiel,
- Über- und Unterzahlsituationen,
- Entscheidungsverhalten,
- Mannschaftstaktik.

Athletische Ausbildung

- Schnelligkeit,
- Agilität,
- Stabilität,
- Mobilität,
- Kraftentwicklung,
- sportartspezifische Ausdauer.

Mentale und psychosoziale Entwicklung

- Teamfähigkeit,
- Eigenverantwortung,
- Leistungsbereitschaft,
- Kommunikationsfähigkeit,
- Umgang mit Drucksituationen,
- Persönlichkeitsentwicklung.

Konto: Sparkasse Oberösterreich, Kontonr.: 32100480155, BLZ: 20320
Account, IBAN (International Bank Account Number): AT96 2032 0321 0048 0155



Member of IFF - International Floorball Federation
Ordentliches Mitglied der Bundes Sport Organisation

Österreichischer Floorball Verband (ÖFBV)

Austrian Floorball Association - AFA

Adresse: Andromedastr. 60, 4030 Linz, Austria

ZVR Zahl: 001875439

Email: office@floorball.at, Homepage: <http://www.floorball.at>

Verletzungsprävention

- funktionelle Stabilität,
- Mobilitätsprogramme,
- Belastungssteuerung,
- regenerative Maßnahmen,
- Präventionsübungen.

4. Strukturierungs- und Periodisierungsempfehlungen

Die Trainingssteuerung orientiert sich an einer langfristigen und nachhaltigen Leistungsentwicklung.

Die Rahmentrainingskonzeption enthält Empfehlungen zu:

- Jahresplanung,
- Belastungssteuerung,
- Trainingsperiodisierung,
- Regenerationsmanagement,
- Wettkampfvorbereitung,
- Saisonplanung.

Die Strukturierung berücksichtigt:

- schulische Belastungen,
- Wachstums- und Entwicklungsphasen,
- nationale Meisterschaften,
- internationale Turniere,
- Lehrgänge und Sichtungmaßnahmen.

Ziel ist eine nachhaltige Leistungsentwicklung ohne frühzeitige Überlastung oder Spezialisierung.

5. Leistungsdiagnostik und Entwicklungsdokumentation

Der ÖFBV integriert leistungsdiagnostische Elemente als Bestandteil der Nachwuchsentwicklung. Grundlage bilden internationale Modelle der Floorball-Leistungsdiagnostik sowie sportwissenschaftliche Standards.

Erfasst werden insbesondere:

- Schnelligkeit,
- Agilität,
- Mobilität,
- Stabilität,
- koordinative Fähigkeiten,
- sportartspezifische Belastbarkeit.



Member of IFF - International Floorball Federation
Ordentliches Mitglied der Bundes Sport Organisation

Österreichischer Floorball Verband (ÖFBV)

Austrian Floorball Association - AFA

Adresse: Andromedastr. 60, 4030 Linz, Austria

ZVR Zahl: 001875439

Email: office@floorball.at, Homepage: <http://www.floorball.at>

Die Ergebnisse dienen:

- der individuellen Trainingssteuerung,
- der Entwicklungsbeobachtung,
- der Talenteinschätzung,
- der langfristigen Athlet:innenentwicklung.

Zusätzlich werden individuelle Entwicklungsdokumentationen für Nachwuchskaderathlet:innen geführt, um Entwicklungsverläufe transparent und nachvollziehbar zu dokumentieren.

6. Praktische Umsetzung im ÖFBV

Die praktische Umsetzung der Rahmentrainingskonzeption erfolgt:

- in den Vereinen,
- im Rahmen zentraler ÖFBV-Lehrgänge,
- bei nationalen Sichtungmaßnahmen,
- in den U17- und U19-Nationalteams,
- bei internationalen Vergleichsmaßnahmen und Turnieren.

Die Vereine bilden dabei die zentrale Ausbildungsbasis. Der ÖFBV ergänzt diese durch:

- zentrale Trainingsmaßnahmen,
- standardisierte Ausbildungsinhalte,
- Trainer:innenaustausch,
- nationale Entwicklungsprogramme,
- koordinierte Talentförderung.

7. Zusammenarbeit und Wissenstransfer

Die Rahmentrainingskonzeption dient gleichzeitig als gemeinsames Steuerungs- und Kommunikationsinstrument zwischen:

- Verband,
- Landesverbänden,
- Vereinen,
- Trainer:innen,
- Nachwuchsverantwortlichen,
- Nationalteams.

Zur Sicherstellung einer österreichweit abgestimmten Nachwuchsentwicklung werden:

- regelmäßige Trainer:innen-Meetings,
- digitale Wissensplattformen,
- Ausbildungsunterlagen,
- Fortbildungsmaßnahmen,
- gemeinsame Entwicklungsrichtlinien eingesetzt.



Member of IFF - International Floorball Federation
Ordentliches Mitglied der Bundes Sport Organisation

Österreichischer Floorball Verband (ÖFBV)

Austrian Floorball Association - AFA

Adresse: Andromedastr. 60, 4030 Linz, Austria

ZVR Zahl: 001875439

Email: office@floorball.at, Homepage: <http://www.floorball.at>

Dadurch wird eine einheitliche Ausbildungsphilosophie im österreichischen Floorball nachhaltig verankert.

8. Nachhaltigkeit und langfristige Entwicklungsperspektive

Die Rahmentrainingskonzeption des ÖFBV verfolgt ausdrücklich einen nachhaltigen Entwicklungsansatz. Im Mittelpunkt steht nicht kurzfristiger sportlicher Erfolg, sondern die langfristige Entwicklung leistungsfähiger, gesunder und stabiler Athlet:innen.

Die Konzeption trägt insbesondere zur:

- Professionalisierung des Nachwuchsleistungssports,
- Qualitätssteigerung der Vereinsarbeit,
- langfristigen Athlet:innenbindung,
- Reduktion von Drop-Outs,
- Verbesserung internationaler Wettbewerbsfähigkeit,
- nachhaltigen Entwicklung des österreichischen Floorballsports bei.

Damit erfüllt die Rahmentrainingskonzeption zentrale Anforderungen der Bundes-Sportförderung hinsichtlich:

- nachhaltiger Nachwuchsförderung,
- strukturierter Leistungsentwicklung,
- Professionalisierung,
- Transparenz,
- sportwissenschaftlicher Fundierung,
- langfristiger Entwicklungsplanung.