



## MITTELLÄNDISCHER TISCHTENNISVERBAND MTTV / SCHWEIZ

Liebe Kaderspielerin  
Lieber Kaderspieler

Wir freuen uns,  
dir die wichtigsten Infos  
zum Kadertraining  
mitteilen zu können.



### Kaderzusammensetzung, Januar 2023 – Juni 2023

Name	Vorname	Club	Trainingstage	Geburtstag	Alterskategorie / Rolle
Abalakov	Fedor *	TTC Worb	Mo, Di, Do	22.04.2007	U17
Besson	Mäel *	TTC Burgdorf	Mo, Di, Do	07.08.2006	U17
Beyeler	Remo	TTC Ostermundigen	Do	25.01.2010	U13 / Pikett
Blumer	Noël Gilles	TTC Heimberg	Mo, Di, Do	04.11.2005	U19
Bolliger	Franco *	TTC Worb	Do	22.12.2009	U15
Debnath	Aarna	TTC Ostermundigen	Do	22.05.2009	U15
Esseiva	Dominic	TTC Belp	Do	08.02.2010	U13 / Pikett
Flamm	Eric	TTC Bern	Do	09.02.2010	U13
Holzer	Selina *	TTC Aarberg	Do	16.07.2009	U15
Hug	Johannes	TTC Worb	Mo, Di	01.09.2005	U19
Lamon	Oscar	TTC Bern	Do	19.05.2008	U15
Lonak	Jan	TTC Bern	Do	03.05.2013	U11
Matter	Aaron *	TTC Ostermundigen	Di, Do	15.02.2010	U13
Michaelis	Maël *	TTC Burgdorf	Mo, Di, Do	24.11.2007	U17
Moret	Gian	TTC Burgdorf	Do	26.09.2010	U13
Reinhard	Louis	TTC Münsingen	Mo, Di, Do	29.04.2005	U19
Roth	Dan	TTC Kirchberg	Di, Do	04.04.2008	U15
Stalder	Josua	TTC Bern	Do	24.12.2009	U15
Straumann	Alessio	TTC Burgdorf	Di, Do	19.11.2006	U17
Suter	Nando	TTC Heimberg	Do	30.03.2010	U13 / Pikett
Wittwer	Ramon	TTC Ostermundigen	Di, Do	02.05.2004	U19

\* Gehören dem T2 Kader STT an

## Infos / Trainingszeiten

Mit den Kaderspieler:innen, ihren Erziehungsberechtigten und falls gewünscht dem Nachwuchsverantwortlichen des Clubs hat sich die Kommunikation in unserer WhatsApp Chatgruppe bewährt. Wichtige Informationen können so zeitnah weitergegeben werden.

Gerne nehmen wir neue Kaderspieler:innen, deren Eltern und falls gewünscht weitere involvierte Personen in die Chatgruppe auf.

Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über den Trainingsort sowie die Trainingszeiten und die Trainer:innen.

<b>Wo</b>	<b>Turnhalle Kleefeld, Mädergutstrasse 58, 3018 Bern</b>	
<b>Wann</b>	Jeden Dienstag von 18.00 – 20.30 Uhr Jeden Donnerstag von 17.30 – 19.30 Uhr	
<b>Trainer:innen</b>	Rahel Aschwanden Peter Wahlen Patrick Jörg	+41 77 432 01 02, <a href="mailto:rahel@rahelaschwanden.ch">rahel@rahelaschwanden.ch</a> +41 77 495 79 81, <a href="mailto:peter.wahlen@swisstabletennis.ch">peter.wahlen@swisstabletennis.ch</a> +41 76 448 83 82, <a href="mailto:patrickjoerg@gmx.ch">patrickjoerg@gmx.ch</a>

Nach Absprache mit den Trainer:innen besuchen einige Spieler zusätzlich das Training am Montagabend in Gümligen von 19.30 – 21.30 Uhr.

Das Kadertraining findet während 48 Wochen im Jahr statt. Zu folgenden Zeitpunkten finden keine Trainings statt: Weihnachten / Neujahr sowie 3 Wochen Sommerferien im Juli und die erste Woche Herbstferien. Wir erwarten von den Kaderspieler:innen die Teilnahme an mindestens 80 % der Trainings.

## Aufteilung Trainerteam

- Rahel übernimmt die Kommunikation und ist damit erste Anlaufstelle der Spieler:innen, Eltern und Nachwuchsbetreuer:innen. An- und Abmeldungen sollen grundsätzlich über sie laufen.
- Peter gestaltet die Einsatzplanung und ist ad interim Ohr und Stimme im MTTV-Vorstand.
- Patrick ist ad interim die offizielle Adresse des Kaders und übernimmt die Schnittstelle zu Hallen und Kanton.

## Anforderungen an Kaderspieler:innen

Eine gute Balance ist uns wichtig zwischen dem, was wir den Kaderspieler:innen bieten, im Gegenzug aber auch von ihnen erwarten.

<b>Wir bieten</b>	<b>Wir erwarten</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Motiviertes Trainerteam</li><li>- Ganzheitliches Training am und neben dem Tischtennistisch</li><li>- Altersgerechte Trainingsinhalte gemäss <a href="#">Rahmentrainingsplan</a> des nationalen Tischtennis Verbandes STT</li><li>- Athletenentwicklung orientiert am <a href="#">FTEM</a></li><li>- Unterstützung bezüglich Koordination von Schule und Leistungssport</li><li>- Bei Eignung Teilnahme an internationalen Turnieren</li><li>- Respektvoller Umgang mit Kaderspieler:innen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pünktlichkeit, <b>10 Minuten vor Trainingsbeginn</b> in Sportkleidung in der Turnhalle für den Tischaufbau</li><li>- <b>Abmeldung (mit Begründung)</b> bei Rahel, falls am Training nicht teilgenommen werden kann</li><li>- Respektvoller Umgang mit anderen Kaderspielern sowie den anwesenden Trainern</li><li>- Teilnahme am <a href="#">PISTE</a> Test und idealerweise Eintritt ins nationale Kader</li><li>- Hohe Motivation im Tischtennis die Schweizer Spitze zu erreichen oder gar international erfolgreich zu sein</li><li>- Vorbildliches und diszipliniertes Verhalten als Tischtennisspieler:in</li></ul>

### Unkostenbeitrag

Wir erheben einen kleinen Unkostenbeitrag pro Semester in der Höhe von CHF 100.- falls 1 Training/Woche oder CHF 200.- falls mehr als 1 Training/Woche besucht wird. Dieser Unkostenbeitrag soll jedoch kein Hindernis sein bei uns mitzumachen. Für das Montagstraining fallen wie letzte Saison zusätzliche Kosten an.

### Termine Spezialtrainings

Folgende Spezialtrainingstage sind in der laufenden Saison geplant. Wir bitten euch die Termine bereits jetzt zu reservieren:

Wann	Wo
Sa/So, 4./5. Februar 2023	Walkringen
So, 5. März 2023	Walkringen
So, 19. März 2023	Walkringen
Sa/So, 29./30. April 2023	Walkringen
<b>18.-21. Mai 2023 (Auffahrt)</b>	<b>Glattbrugg mit <a href="#">uniTTed spinners</a></b>
21. Mai 2023 PISTE	Magglingen

### Geplante internationale Turniere

5.-10. April 2023 (Ostern)	Linz, AUT
18.-21. Mai 2023 (Pfingsten)	Hasselt, BEL

Falls es Anpassungen oder zusätzliche Daten geben wird, werden diese rechtzeitig via WhatsApp Gruppe kommuniziert.

### Trainingsumfeld

Ohne die wertvolle Arbeit von den Nachwuchsverantwortlichen in den Clubs würde unser Kadertraining nicht existieren. Eine gute Zusammenarbeit (d.h. gegenseitiger Austausch zur Förderung der jeweiligen Kaderspieler:in) ist daher ausdrücklich erwünscht. Interessierte Nachwuchsverantwortliche aller Clubs dürfen auch jederzeit bei uns im Training zuschauen.

Die moralische und organisatorische Unterstützung der Spieler:innen durch die Eltern ist ein wichtiger Teil des Athletenumfelds. Gerade jüngere Spieler:innen müssen oft noch an die Trainingsorte begleitet werden. Die inhaltliche Trainingsplanung und Durchführung obliegt jedoch dem Trainerteam.

**Das Trainerteam freut sich auf die bevorstehenden Trainings und die Saison mit euch!**

