

## Mit Leidenschaft - für Sport und Ausbildung

**Nachwuchsanlass** Am 26. August organisiert die Sektion Sport den dritten Aargauer Nachwuchsanlass. Im Fokus steht die Vereinbarkeit von Ausbildung und Sport

VON LEA MARTI

### Herr Ziltener, interessieren sich Nachwuchsathleten überhaupt für das Thema Ausbildung?

Martin Ziltener: Pro Jahr nehmen rund 30 NachwuchsathletInnen und -athleten die Berufsberatung bei ask! - Beratungsdienst für Ausbildung und Beruf in Anspruch. Klar ist: Ihr Herz schlägt für den Sport. Daneben sagt der Vorstand, dass eine berufliche Ausbildung angegangen werden muss. Nur die wenigsten Schweizer AthletInnen und Athleten können von ihrer Sportkarriere leben. Zudem wissen sie: eine Sportkarriere kann schnell zu Ende sein, sei dies, weil die Leistung nicht mehr ausreicht oder eine schwere Verletzung eintritt. Darauf möchten die Jugendlichen vorbereitet sein.

### Was bietet der Beratungsdienst?

In der Regel gibt es ein bis zwei Beratungsgespräche. Im Vorfeld führen wir mit den NachwuchssportlerInnen und -sportlern ein Sondiergespräch, schauen, wie weit sie mit ihren Ausbildungsplänen schon sind. Einige haben bereits sehr konkrete Vorstellungen. Es darf aber auch sein, dass die Athleten überhaupt nicht wissen, welche Ausbildung sie angehen möchten. Beim Gespräch holen wir die Jugendlichen da ab, wo sie gerade stehen. Gemeinsam entwickeln wir Ideen, finden heraus, wo die Interessen liegen und wie sich eine allfällige Ausbildung mit dem Sport vereinbaren lässt.



### «Die Nachwuchsathleten sollten eine Ausbildung wählen, wofür ihr Herz schlägt.»

**Martin Ziltener** Berufs-, Studien- und Laufbahnberater bei ask! - Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf

### Die Vereinbarkeit von Sport und Ausbildung ist ein zentraler Punkt der Beratung. Gibt es Ausbildungswege, die sich für einen Nachwuchsathleten gar nicht eignen?

Grundsätzlich nein. Alles ist möglich. Oder anders formuliert: Es ist alles eine Frage der Koordination. Natürlich gibt es Lehren oder Berufsbilder, die sich mit einer Spitzensportkarriere schwer vereinbaren lassen. Die Arbeitszeiten eines Kochs fallen beispielsweise oft auf Trainingszeiten. Auch Handwerksberufe liegen den Nachwuchsathleten nicht immer: Die Distanzen zwischen Berufsschule, Arbeitsort und Trainingsstätte sind oftmals weit.

### Gibt es Ausbildungswege, die sich besonders gut mit dem Sport vereinbaren lassen?

Die schulische Ausbildung am Gymnasium lässt sich dank Sportklassen gut mit einer Spitzensportkarriere vereinbaren. Auch eine kaufmännische Aus-



Tim Büsching, Torhüter der NLA-Mannschaft HSC Suhr Aarau, absolviert eine Sportlerlehre zum Polymechniker EFZ.

bildung bietet gute Möglichkeiten. Letzteres wünschen dann auch viele Jugendliche als Ausbildungsweg, wenn sie zu uns in die Beratung kommen. Bei genauerem Nachfragen erfolgt dies allerdings nicht aufgrund der Interessenslage, sondern vielmehr, weil sich die Lehre gut mit dem Sport vereinbaren lässt. Davon rate ich ab. Lieber sollten die Nachwuchsathleten eine Ausbildung wählen, wofür ihr Herz schlägt. Dann ist vieles möglich.

### Nach dem Motto: Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg?

Richtig. Es gilt immer individuell zu schauen, was machbar ist und wie Athletinnen und Athleten mit den Herausforderungen umgehen. Und es ist eine Frage der Konstellation: Berufe, die mit körperlichen Anstrengungen verbunden sind, können ein zusätzliches Fitnessstraining sein, oder aber auch überfordern. In der Regel gilt: Je mehr Spass eine Nachwuchssportlerin, ein Nachwuchssportler an einer Ausbildung hat, umso einfacher gelingt das Mammutprogramm.

### Wie geht es, wenn die Entscheidung gefällt ist, weiter?

Dann weise ich die Athleten darauf hin, wo sie sich wichtige Informationen holen können und wie sie sich am besten selber aufstellen, um Sport und Ausbildung unter einen Hut zu bringen. Schüler, die vor einer Lehre stehen, empfehle ich im Lehrstellennachweis LENA des Kantons Aargau (www.ag.ch/lena) zu stöbern. Da sind Betriebe mit dem Hinweis «Leistungssportfreundlich» vermerkt. Aber auch die eigenen Kontakte über den Sport, bei Bekannten und Verwandten können hilfreich sein. Daneben bieten die Leistungssport-Koordinatoren der jeweiligen (Berufs-) Schulen Unterstützung. Der Koordinator ist Ansprechpartner für die Belange der Lernenden, der Lehrbetriebe, der

Eltern und der Trainerpersonen und kümmert sich um die konkrete Umsetzung, wozu eine Leistungsvereinbarung zählt. Schriftlich werden darin die schulischen und sportlichen Erwartungen an die Athleten - ein bestimmter Notendurchschnitt und sportliche Leistungen - festgehalten. Werden diese seitens des Nachwuchssportlers erfüllt, erhält dieser im Gegenzug eine zeitlich flexiblere Ausbildung. Wenn es um die Aushandlung von Präsenzzeiten geht, rate ich auch jeweils die eigenen Qualitäten ins Feld zu führen. Nachwuchsathleten können konzentriert und fokussiert arbeiten, sich in einem Team gut einordnen und haben gelernt, mit Niederlagen umzugehen. Hilfreich ist es auch, einen Gesamtplan vorzuweisen, der aufzeigt, wie viel Stunden Aufwand die Athletinnen und Athleten neben der Ausbildung in Trainings und Wettkämpfe investieren.

### Die Begleitung der Nachwuchsathleten ist umfassend. Bei der Vereinbarkeit von Ausbildung und Sport hat sich in der Schweiz in den letzten Jahren einiges getan. Wo sehen Sie noch Verbesserungspotenzial?

Ja, wir sind nicht schlecht unterwegs. Der Kanton Aargau hat ein sehr engmaschiges Netz: Wir Berufsberater stehen in engem Kontakt mit den Koordinatoren, und umgekehrt. So können die Athletinnen und Athleten von einer übergangslosen Begleitung profitieren. Was ich mir jedoch noch vermehrt wünsche, wäre eine grössere Offenheit seitens der Verbände, Vereine, Athletenbetreuer und Trainer für das Thema Vereinbarkeit von Sport und Ausbildung. Es gilt, die Menschen ernst zu nehmen und die Jugendlichen nicht nur als Sportlerinnen und Sportler zu fördern. Auch der Ausbildung sollte entsprechend Raum gegeben werden.

### NACHWUCHSANLASS



zu bietet ein Inputreferat von ask! - Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf. Daneben werden Aargauer Top-Athleten aus dem Nähkästchen plaudern und ihre eigenen Erfahrungen mit den Nachwuchsathletinnen und -athleten teilen. Im Anschluss besuchen die Teilnehmenden die Pferderennen Aarau, einen AargauTopSport-Anlass. Gemeinsam werden spektakuläre Rennen verfolgt, gewettet und mitgefiebert.

### NACHRICHTEN



### SOMMERCAMP

#### Aargauer Jugendsportcamp in Tenero

Vom 22. bis 28. Juli haben 180 junge Aargauerinnen und Aargauer die Möglichkeit, an einem polysportiven Sportcamp mit über 12 Sportarten teilzunehmen. In den folgenden Sportarten gibt es aktuell noch freie Plätze: Ballsport, Breakdance, Klettern/Bouldern, Racketsport, Skateboard, Streetdance, Tennis, Trampolin, Volleyball und Wasserspringen. Diese Sportart wird jeweils am Vormittag betrieben. Der Nachmittag steht dann jeweils im Zeichen einer Wahlsportart. Die Kosten für eine ganze Woche all inclusive belaufen sich auf 280 Franken. Teilnahmeberechtigt sind Jugendliche mit den Jahrgängen 1998 bis 2005. Weitere Informationen und die Online-Anmeldung sind unter [www.jugendsportcamp.ch](http://www.jugendsportcamp.ch) zu finden.



aarguersport.ch



**AEW**

**Emil Frey AG**  
Autocenter Safenwil

**HIRSLANDEN**  
KLINIK AARAU



**MAMMUT**

**suva**

**valiant**

**SWISSLOS**  
Sportfonds Aargau