



Move & Relax Future-Akademie – das Jugendförderprogramm im Sportresort Hohe Salve

Ziele:

- Wir stellen ein regional verwurzeltes, sportliches Basiscamp für junge und ambitionierte Sportlerinnen und Sportler bereit.
- Bei der athletischen Vorbereitung und trainingswissenschaftlichen Begleitung einer beginnenden Laufbahn im Leistungssport leisten wir fundierte Hilfestellung.
- Wir möchten eine sportartübergreifende Plattform zum Austausch und gegenseitiger Inspiration entwickeln.
- Wir unterstützen die altersgemäße Entwicklung und kontinuierliche Einübung von Grundkompetenzen, Arbeitsweisen und Haltungen einer zukünftigen Sportpersönlichkeit auf dem Weg vom Talent zum Könnler.
- Ergänzend und abgestimmt mit Vereins- und Verbandsarbeit wollen wir zur Kontinuität und Qualitätssicherung eines Karriereverlaufs beitragen und als Ideenspender und Unterstützer gleichermaßen beitragen.

Angebotsspektrum im Move & Relax:

- sportwissenschaftliche Betreuung und individuelle Trainingsgestaltung bzw. Trainingsplanung für ein Jahr
- Nutzung der Infrastruktur und des Know-Hows des Move & Relax Teams
- Leistungsdiagnostik mittels Spiroergometrie
- Bioimpedanzanalyse zur Ermittlung der Körperzusammensetzung

- Erlernen regenerativer Maßnahmen und Optimierung der Verletzungsprophylaxe
- Dokumentation der Entwicklung und des Leistungsfortschrittes
- gezielte Kommunikation mit Eltern, Trainern und Verbänden
- Erlernen von Basistechniken des Mentaltrainings wie z.B. Achtsamkeit, Entspannung, Visualisierung

Leistungsumfang:

- Ganzjährige Nutzung der Infrastruktur (Movebereich & Pool) mit Rücksicht auf den Hotelbetrieb
- 24 x trainingswissenschaftliche Assistenz beim Training
- 12 x Sportmassagen
- 2 x Durchführung der Spiroergometrie bzw. der elektrischen Bioimpedanzanalyse

Aufnahmekriterien:

- Bewerbungsschreiben mit Status und Zielformulierungen, von Sportler/in und Eltern
- ärztliches Attest zur altersgemäßen Leistungssporttauglichkeit
- Gremiumsentscheidung durch Manfred Pletzer, Toni Innauer, Muamer Cinac, Patrick Koller & Team)
- Altersbeschränkung: ab 12 Jahren
- Präsentation des Sportresort Hohe Salve Logos gut sichtbar auf der Kleidung der Sportlerin/des Sportlers (Aufnäher wird zur Verfügung gestellt – die Sportlerin/der Sportler sorgt für das Anbringen)
- Einbinden des Sportresort Hohe Salve (Logo und/oder Hastag #sportresorthohesalve #moveandrelax) auf sämtlichen Social Media Kanälen der Sportlerin/des Sportlers
- positive Erwähnung der Infrastruktur, der individuellen Betreuung, des Trainerteams und der Akademie auf sämtlichen Social Media Kanälen der Sportlerin/des Sportlers
- die Athletinnen und Athleten stehen fünf Tage pro Jahr für Workshops, Schulungen bzw. Pressetermine zur Verfügung

Jahrespauschale für alle angeführten Leistungen: EUR 1.200 ,--
(Laufzeit 12 Monate – Einstieg jederzeit möglich)



Ihr Ansprechpartner:

Patrick Koller
Move & Relax Leiter

Tel.: +43 5335 2420 600
Mail: patrick.koller@hohesalve.at