The background is a blue-tinted photograph of a water polo net. A hand is visible on the right side, holding a dark water polo ball. The net's diamond-shaped mesh is prominent throughout the image.

# ROOS

# AUSWAHL WASSERBALL

*swiss aquatics*   
*ostschweiz*

# Liebe Athletin. Lieber Athlet

Möglicherweise hast du bereits in deinem Verein von der ROS gehört. Ältere Athletinnen und Athleten sprechen von Selektionstrainings, Interregionenturnieren und ähnlichen Begriffen, die für dich möglicherweise noch unverständlich sind. An dieser Stelle möchten wir dir einen Einblick in diese spezielle Sportwelt geben und dich dazu ermutigen, hart zu trainieren, um die Reihen der ROS zu bereichern. Viel Spass beim Lesen!

Dein ROS-Wasserballwart

*Cariallanti*



Die Schweiz ist auf sportlicher Ebene in fünf Regionen unterteilt: die Region Suisse Romande (RSR), die Region der italienischen Schweiz (RSI), die Region Zentralschweiz West (RZW), die Region Zentralschweiz Ost (RZO) und die Region Ostschweiz (ROS). In der Region Ostschweiz sind derzeit vier Wasserballvereine aktiv: der SC Kreuzlingen, der SC St. Gallen, der SC Frauenfeld und der SC Schaffhausen.

Neben dem lokalen Verein, bei dem du trainierst und spielst, gibt es auch einen regionalen und nationalen Verband, die talentierte Athletinnen und Athleten fördern. ROS steht hierbei für die Region Ostschweiz, eine der 5 Regionen des schweizerischen Wasserballs. Die anderen Regionen sind die Region der Suisse Romande (RSR), die Region der Italienischen Schweiz (RSI), die Region der Zentralschweiz West (RZW), und die Region der Zentralschweiz Ost (RZO). Jede Region wird von einem Regionalverband geleitet.

Der ROS-Vorstand besteht aus einem Präsidenten, einem Aktuar, einem Kassier und einem Fachwart für jede Wassersportart, Schwimmen, Wasserball, Turmspringen und Synchronschwimmen. Zusätzlich wird das Gremium durch einen Koordinator der Sportschulen und eine Schiedsrichter-Vertreterin ergänzt. In der Region Ostschweiz sind derzeit vier Wasserballvereine aktiv: der SC Kreuzlingen, der SC St. Gallen, der SC Frauenfeld und der SC Schaffhausen.

## DIE ROS STELLT SICH VOR

AUFBAU UND MITGLIEDER DER ROS



© Hansjörg





© Hansjörg Weber



© Hansjörg Weber

Jedes Jahr veranstaltet der Schweizer Wasserballverband die Interregionturniere in den Alterskategorien U13, U15 und U17, die in einer der Regionen ausgetragen werden. Die Veranstaltung bietet dem ROS-Team die Gelegenheit, sich mit den anderen vier Regionalteams zu messen, in einer neuen Teamzusammensetzung, unter Leitung des Regionaltrainers zu spielen und Freundschaften in der Region zu knüpfen. Darüber hinaus nehmen die Nationaltrainer an der Veranstaltung teil, um die Spieler zu beobachten und ihre Entwicklung zu verfolgen.

Die IR-Turniere finden in der Regel jährlich wie folgt statt:

U13 IR Turnier Ende September  
U15 IR-Turnier Mitte November  
U17 IR-Turnier Ende November

Neu in der Saison 23-24 ist die Einführung eines weiteren Termins im Juni, am Ende der Meisterschaft.

Um in den ROS-Kader aufgenommen zu werden, müssen die Athleten bestimmte Anforderungen erfüllen und haben damit im Zusammenhang gewisse Pflichten. Der Kader wird zu Beginn jeder Saison neu zusammengestellt. Mehr dazu auf den nächsten Seiten.

# INTERREGIO TURNIERE

SELEKTIONS- UND TEAMSTRAINING

AKTIVITÄTEN ROS

# AUFNAHME IN DEN ROS-KADER

## ■ TEILNAME AN PISTE & TALENT CARD

Athletinnen und Athleten nehmen jährlich am PISTE-Leistungstest teil und besitzen eine regionale oder nationale Talentkarte. Das Prognostische Integrative Systematische Trainer-Einschätzungs-System (PISTE) dient zur Identifikation und Selektion von Talenten und zur Überwachung ihrer Entwicklung.

## ■ LEISTUNG UND DISZIPLIN

Athletinnen und Athleten zeigen Engagement, Disziplin und verhalten sich mit Respekt und Höflichkeit gegenüber Trainern, Schiedsrichtern, Mitspielern und Gegnern. Sie halten sich an die ethischen Grundsätze der Ethik-Charta und des Ethik-Statuts von Swiss Olympics.

## ■ EMPFEHLUNG DES VEREINSTRAINERS

Athletinnen und Athleten werden vom Vereinstrainer empfohlen. Der Vereinstrainer, der Regionaltrainer und der Nationaltrainer arbeiten im Team und tauschen sich regelmässig über die Entwicklung der Kader-Spielerinnen und Spieler aus. Am Anfang der Saison empfiehlt der Vereinstrainer seine Spielerinnen und Spieler für die ROS-Selektion.

## ■ TEILNAHME AN ALLEN AKTIVITÄTEN

Athletinnen und Athleten nehmen an den Sichtungs-Trainings und allen Wasserball-Aktivitäten in der Ostschweiz teil. Der ROS-Trainer wählt den ROS-Kader für die Region aus, der an diesen Aktivitäten teilnehmen wird.

# ANFORDERUNGEN ROS KADER

## ■ TEILNAME AN AKTIVITÄTEN

Regelmässiger Trainingsbesuch im Verein und aktive Teilnahme an den Aktivitäten des Vereins (Meisterschaft, Trainingslager, Freundschaftsspiele usw.). Teilnahme an ROS-Aktivitäten wie Selektions- und Teamtrainings, Sichtungungen, Freundschaftsspiele in In- und Ausland.

## ■ TEILNAME AM PISTE-LEISTUNGSTEST

Der Athlet nimmt jährlich am PISTE-Leistungstest teil und ist im Besitz einer Talent Card Regional oder National. Weitere Informationen auf [swiss-aquatics.ch](http://swiss-aquatics.ch)

## ■ VERPFLICHTUNG ETHIK CHARTA

Neben der Leistung ist ein faires, respektvolles und vorbildliches Benehmen ein Muss. Kader-Athletinnen und Athleten repräsentieren ihre Heimvereine, die Region und die Schweiz auf nationaler und internationaler Ebene. Sie befolgen die Grundsätze der Ethik-Charta und des Ethik-Statuts von Swiss Olympics.

## ■ FINANZIELLER BEITRAG KADERATHLET:INNEN

Eine finanzielle Beteiligung an den Aktivitäten durch die Athletinnen und Athleten ist notwendig. Die Athletinnen und Athleten übernehmen einen Selbstbehalt von 50%.

"YOUR TALENT ON A CARD"

# TALENT CARDS

*Die Swiss Olympic Talent Card ist eine besondere Auszeichnung für Athletinnen und Athleten, die aufgrund ihres herausragenden Potenzials oder ihrer bereits erzielten Wettkampfleistungen verliehen wird. Diese Talent Cards bieten den Sportlern die Möglichkeit, sich für eine Aufnahme in regionale oder nationale Nachwuchskader zu qualifizieren.*

## TALENT LOCAL

Als junger Athlet in deinem Verein trainierst du regelmäßig und mit Freude, besitzt eine Wasserball-Lizenz und nimmst mit deinem Team an der Meisterschaft in deiner Alterskategorie teil. Dein Verein unterstützt und fördert dich. Setze dein hartes Training fort und nimm am nächsten PISTE-Test teil. Dein Vereinstrainer wird dich dazu anmelden.

## TALENT REGIONAL

Du findest Freude am Wasserball und hast bereits eine Weile Erfahrung im Spiel. Dein Vereinstrainer ist mit deiner Leistung sowohl im Wettkampf als auch im Training sehr zufrieden. Zusätzlich nimmst du jedes Jahr am Leistungstest PISTE teil. Durch den Erhalt einer Talent Card Regional bist du Teil des Regionalkaders und hast die Möglichkeit, an zusätzlichen Förderaktivitäten und Turnieren auf regionaler Ebene teilzunehmen.

## TALENT NATIONAL

Die Swiss Olympic Talent Cards National stellen eine Anerkennung der Förderungswürdigkeit für talentierte Athletinnen und Athleten dar und qualifiziert sie für eine Aufnahme in nationale Nachwuchskader (U13, U15, U17, U19). Auf dieser Ebene nimmst du an Aktivitäten der Nationalmannschaften im Inland und Ausland (EM, WM, uvm.) teil.

# ANFORDERUNGEN VEREINE/TRAINER

## ■ FÖRDERUNG KADERATHLET:INNEN

Die Vereinstrainer fördern die Entwicklung der Kaderathlet:innen auf physischer und psychischer Ebene. Sie pflegen den Austausch über die Kaderathlet:innen mit dem ROS-Trainer und dem Nationaltrainer.

## ■ ETHIK CHARTA

Die Vereine verpflichten sich, die Prinzipien der Ethik-Charta und des Ethik-Statuts von Swiss Olympics einzuhalten und bilden ihre Trainer und Athleten nach den Prinzipien der Ethik-Charta und des Ethik-Statuts aus.

## ■ UNTERSTÜTZUNG ROS WASSERBALL

Die Vereine unterstützen die ROS aktiv. Sie stellen Wasserfläche ihrer Kontingente für die ROS-Aktivitäten zur Verfügung und pflegen die Kommunikation mit dem ROS-Wasserballwart und dem ROS-Trainer.

## ■ FINANZIELLER BEITRAG

Eine Beteiligung am Selbstbehalt der Athletinnen und Athleten (50%) durch die Vereine ist möglich.

# ROS-TRAINER



**ZSOLT PETÖ**

ROS-TRAINER U15 & U17



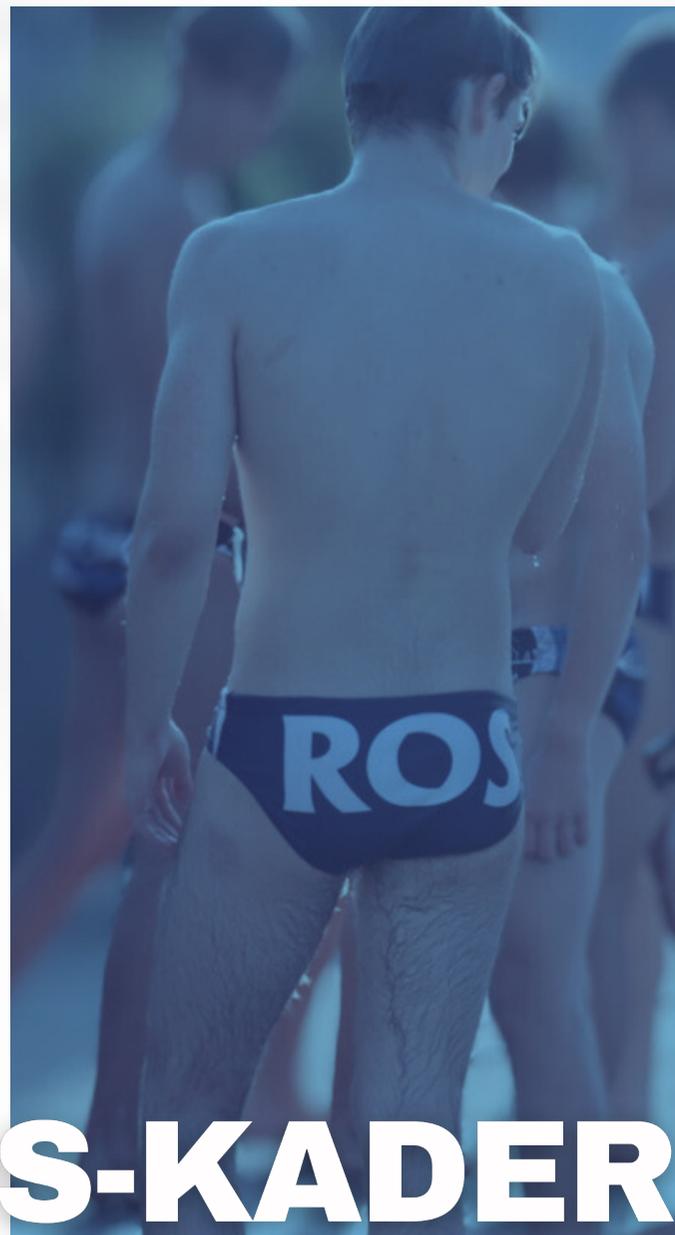
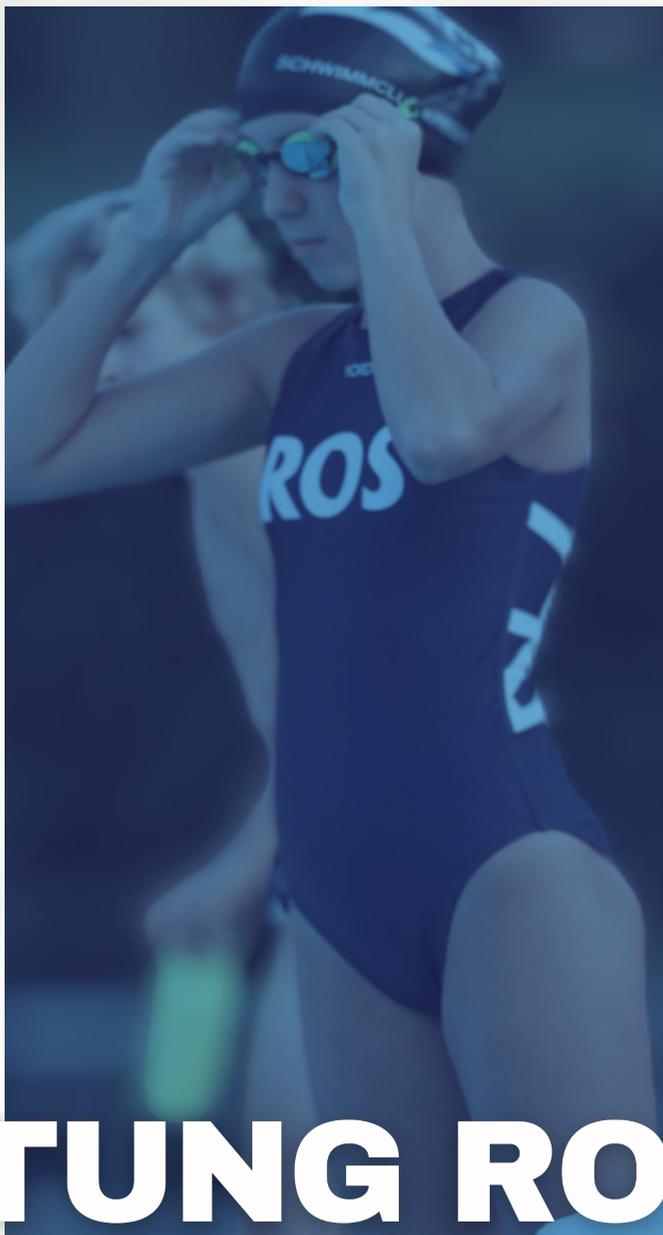
**JOEL HERZOG**

ROS-TRAINER U11 & U13



**FABIO BITTNER**

HILFSTRAINER



# AUSRÜSTUNG ROS-KADER

swiss aquatics   
ostschweiz



**#ROS\_WATERPOLO**





# KONTAKT

[roswaterpolo@gmail.com](mailto:roswaterpolo@gmail.com)

# WATER

swiss aquatics   
ostschweiz

# POLO

*Follow us* 

# #ROS\_WATERPOLO