

## **Jahresbericht Präsident**

Hinter dem NLZ Ostschweiz liegt das erste komplette Vereinsjahr. Es war reich an Erfahrungen, denn erstmals konnten sämtliche Prozesse, Abläufe und Termine gänzlich durchgespielt werden. Entsprechend lehrreich waren die vergangenen 12 Monate auch, viel zentrales Wissen musste und konnte aufgebaut werden.

Einige wichtige Meilensteine konnten erreicht werden. Meilensteine, auf die meine Kollegen in ihren Jahresberichten reichlich eingehen. Einige dieser Errungenschaften waren besonders wichtig, werden sie unser Fortbestehen und unsere Daseinsberechtigung doch auch über die nächsten Jahre sicherstellen: Das Erschliessen wichtiger Geldquellen, wichtige Impulse im Bereich Infrastruktur, erste Schritte im Gesundheitsmanagement, erste Ausbildungskurse.

Es darf nicht vergessen werden, dass unsere Organisation immer noch sehr jung ist, weshalb auch noch Baustellen bestehen. Entscheidende Fortschritte in Richtung Professionalisierung, die den Ausbau des Betreuungsumfangs für unsere Athleten erweitert hätten, sind uns per Ende 2018 nicht nach Wunsch gelungen. Die Neuregelung der NLZ-Leitung kann erst 2019 finalisiert werden und Fortschritte im Bereich Marketing/Sponsoring gingen nur schleppend voran.

Im Vergleich zum vergangenen Leichtathletik-Jahr ist es meinem Team gelungen, das sportliche Angebot zu verfeinern und die Aufgeschlossenheit gegenüber dem NLZ und der Notwendigkeit professioneller Strukturen zu steigern. Trotzdem ist es noch ein weiter Weg und es wird viel Überzeugungskraft brauchen, um euch von unserer Leidenschaft und unserem Knowhow zu begeistern. Geduld und Hartnäckigkeit sind in diesem Zusammenhang die Zauberworte.

Ich möchte es nicht unterlassen, meinem Team meinen grössten Dank auszusprechen für seinen unermüdlichen Einsatz, ohne den wir auf Rück- anstatt Fortschritte zurückblicken würden. Auch euch, liebe Mitglieder, möchte ich für eure Geduld und euren Willen, uns zu unterstützen, danken. Es ist uns wichtig, für euch immer ein offenes Ohr zu haben, stets Hand für Dialog, für konstruktive Kritik und Verbesserungsvorschläge zu bieten. Denn unser Hauptanliegen ist es: Unsere Sportart in unserer Region weiterzubringen. Als Team, mit euch und für euch.

*Christopher Gmür, Präsident*

## **Jahresbericht Leitung NLZ**

Seit Februar 2018 teilen sich Beat Fäh und die Sportlerschule Appenzellerland die Leitung des NLZ Ostschweiz. Beat wurde Anfang 2018 klar, dass sein Wohnort Chur für dringende Bedürfnisse des NLZ ein Hindernis ist. Es braucht mehr Nähe zur regionalen Leichtathletik und bessere Kenntnisse aller Hintergründe der kantonalen und regionalen Verhältnisse. Die Sportlerschule Appenzellerland ist im Raum St. Gallen gut vernetzt und hat seit Jahren ein vereinsübergreifendes Leichtathletik-Angebot mit professionellen Strukturen.

Gemeinsam sind wir im vergangenen Jahr viele Projekte angegangen und versuchen den Bedürfnissen unserer Mitgliedervereine, TrainerInnen und AthletInnen gerecht zu werden. Nachfolgend möchten wir einige Punkte etwas genauer erläutern.

## **Trainingsbetrieb**

Die Auswertung der Wintersaison 2017/2018 hat gezeigt, dass speziell jüngere Athleten, die eher im Basics-Bereich anzusiedeln sind, treue Trainingsteilnehmende waren. Ältere und fortgeschrittene Kaderathleten waren seltener anzutreffen. Daraufhin wurden in den Bereichen Mehrkampf und Lauf im Frühling 2018 vereinsunabhängige Trainings lanciert, welche für alle motivierten Athletinnen und Athleten ab der Kategorie U16 offen stehen. Die Kaderzugehörigkeit ist keine Bedingung. Auch in der Wintersaison 2018/2019 sind diese beiden Gefässe sehr gut besucht. Im Mehrkampf trainieren am Samstagmittag im Athletikzentrum St. Gallen durchschnittlich 18, im Lauf 8 Athletinnen und Athleten.

Ebenfalls seit der Wintersaison konnten wir ein Angebot für Mitglieder des Weit- und Dreisprungkaders lancieren. Das Training findet jeweils am Montagabend unter der fachkundigen Leitung von Michele Bellino in Dornbirn statt. Das NLZ ist bestrebt weitere Trainings für Kaderathletinnen und -athleten anzubieten.

Damit ein Training angeboten werden kann, muss dafür eine Nachfrage bestehen. Das NLZ hat viele Anstrengungen unternommen, die Wünsche der Mitgliedervereine, Trainer und Athleten aufzunehmen. So wurden je eine Onlineumfrage für Kaderathleten und deren Heimtrainer erstellt und ausgewertet. Es fanden Austauschtreffen mit Trainerinnen und Trainer statt und das Projekt «NLZ on Tour» wurde durchgeführt. Im Rahmen dieser haben Christian Gutsell, Beat Fäh und Yves Zellweger je ein Training in Schaan, Jona und St. Gallen angeboten. Die Anwesenden erhielten einen guten Einblick in unser Training und in die verletzungsprophylaktische Philosophie der NLZ-Ostschweiz-Trainings.

Die aktuelle Zusammensetzung des Trainerteams und weitere Informationen findet ihr auf unserer Homepage: [www.nlz-ostschweiz.ch](http://www.nlz-ostschweiz.ch).

## **Kader**

Das NLZ Ostschweiz unterstützt Ostschweiz Athletics im Bereich der Leistungs-Leichtathletik. So ist das NLZ aktiv an der Kaderbildung, der Talentcard-Vergabe und der Planung und Durchführung der Kaderzusammenzüge beteiligt. Im vergangenen Vereinsjahr haben wir zusammen mit Ostschweiz Athletics zwei Kaderanlässe in St. Gallen durchgeführt. Die Anlässe waren sehr gut besucht und zeigen, dass in der Ostschweiz Interesse an gemeinsamen Trainings besteht.

## **Gesundheitsmanagement**

Seit dem November 2019 bietet das NLZ in Zusammenarbeit mit unserem Medical Partner Orthopädie St. Gallen ein Athletiktraining an, welches das sportartspezifische Belastungs- respektive Anforderungsprofil in den Fokus stellt. Besonders berücksichtigt werden Übungen aus den Bereichen Olympisches Gewichtheben/Umgang mit der Langhantel, gymnastische Übungen mit Hilfsmitteln zur Steigerung der koordinativen Komponenten, aktive Beweglichkeitsübungen, Gleichgewichts- und Stabilitätsübungen (global und segmental) sowie «Core Stability». Es ist uns allen sehr wichtig, dass das NLZ Ostschweiz als eigenes Label erkennbar ist. Unser Anspruch «so lange als möglich so gesund wie möglich» Leistungs- oder Spitzensport zu ermöglichen, soll unser Markenzeichen sein. Wir bedanken uns ganz herzlich beim Physio-Team unter der Leitung von Christian Gutsell, welche am Freitagabend im Athletiktraining im Einsatz ist.

## **AZSG**

Seit der Hallensaison 2018/2019 hat das NLZ die Koordination und Organisation der AZSG-Hallenbelegung übernommen. Die Vorgängerorganisation IG AZSG konnte aufgelöst werden (herzlichen Dank Urs Siegwart und Markus Schaffner!), die Interessenvertretung der Leichtathletik gegenüber Stadt und AZSG obliegt nun dem NLZ. Unser Ziel für die kommende Hallensaison ist der Ausbau der Trainingsfenster für die Leichtathletik. Dafür ist es essenziell, dass die Nachfrage für Trainings in der Halle hoch bleibt und möglichst alle Fenster genutzt werden.

Auch in der vergangenen Hallensaison hatten die Leichtathleten in den Weihnachtsferien und an einzelnen Sonntagen im Rahmen der «azsgo»-Fenster die Möglichkeit das AZSG zu nutzen. Gerade die Tage zwischen Weihnachten und Neujahr sind wertvoll, um in einer Top-Halle trainieren zu können.

### **Ausbildung**

Das NLZ Ostschweiz engagiert sich aktiv in der Trainerbildung von Swiss Athletics. So wurden im November durch Christian Gutsell (Taping) und Beat Fäh (Mittelstrecken-Technik) zwei Lehrgänge im AZSG angeboten. Die Kurse waren gut besucht und die Rückmeldungen positiv. Auch im Jahr 2019 werden zwei Kurse in St. Gallen stattfinden. Am 27. Oktober bieten Monika Vifian und Beat Fäh einen Kurs Trainingsplanung Mittel-/Langstrecke an. Der zweite Kurs ist noch in Planung.

Das Erreichte war nur dank toller Arbeit von vielen Beteiligten möglich. Wir bedanken uns ganz herzlich bei unserem Trainerteam, dem Vorstand des NLZ, Andrea Einspieler vom Sekretariat, allen Athletinnen und Athleten sowie den Heimtrainern für das Vertrauen und allen, die zum Gelingen beigetragen haben.

*Beat Fäh, Co-Leitung NLZ Ostschweiz*

*und*

*im Namen der Sportlerschule, Yves Zellweger, Co-Leitung NLZ Ostschweiz*

### **Jahresbericht NLZ Ostschweiz, Betrieb**

Den im NLZ-Konzept verankerten Schwerpunkten Leistungssteigerung und Gesundheitsmanagement konnten wir im vergangenen Vereinsjahr Rechnung tragen. Im Anschluss an eine Nachfrage-Analyse konnten NLZ-Mehrkampf-, -Lauf-, -Horizontalsprung- und -Athletiktrainings lanciert werden. Enormes Knowhow und Kompetenz seitens der Trainer steht zur Verfügung, noch bedarf es aber weiterer Bekanntmachung dieser Angebote.

Im vergangenen Jahr konnte neben der Auflösung der IG AZSG im Bereich Infrastruktur mit einer Indoor-Wurfanlage im AZSG Fortschritt erzielt werden. Einen speziellen Dank in diesem Zusammenhang geht an Felix Vogt bzw. Vogasport AG und an die Stadt St. Gallen mit den Verantwortlichen des AZSG, welche uns dank eines jeweiligen Teil-Sponsorings die Finanzierung ermöglichten. Die Wahrnehmung des AZSG als Mittelpunkt der Leistungs-Leichtathletik möchten wir weiter vorantreiben.

Mit der Orthopädie St. Gallen AG konnte ein sportmedizinisches Kompetenzzentrum als Medical Partner und Sponsor gewonnen werden. Dank dieser Partnerschaft konnte das Athletiktraining am Freitagabend lanciert werden. Ein grosses Dankeschön geht deshalb an unseren neuen Medical Partner.

Bereits im Frühling wurden die Hälfte der Stellenprocente der bisherigen NLZ-Leitung auf die Sportlerschule Appenzellerland übertragen. Die Sportlerschule hat seither dazu beitragen, dass im Bereich Betrieb zahlreiche kleinere und grössere Fortschritte erzielt werden konnten. Per Delegiertenversammlung 2019 wird Beat Fäh ganz von seinem Amt als NLZ-Leiter zurücktreten. Der NLZ-Vorstand ist derzeit an der Ausarbeitung der Nachfolge-Regelung.

Ich persönlich werde mich per DV 2019 aus dem Vorstand zurückziehen. Als Trainer stehe ich mit dem NLZ Ostschweiz weiterhin in enger Verbindung. Meinen Vorstands-Kolleginnen und -Kollegen sowie der Leitung des NLZ Ostschweiz danke ich herzlich für die geniale Zusammenarbeit und ihre grosse Flexibilität im Rahmen des Aufbaus des NLZ Ostschweiz. Ihnen und meiner Nachfolge wünsche ich für die nächsten Schritte gutes Gelingen und viel Genugtuung.

*Christian Gutsell, abtretendes Vorstandsmitglied Betrieb*

### **Jahresbericht Ressort Finanzen**

Das erste Geschäftsjahr ist Geschichte und wir können darüber mit handfesten Zahlen berichten. 36 Vereine haben den Mitgliederbeitrag von 400 CHF bezahlt. Diese hohe Zahl und das damit verbundene Bekenntnis zum NLZ Ostschweiz freut uns sehr! Die Vereine und deren Mitglieder sind unsere Grundpfeiler und es ist und bleibt unser Bestreben und unser Anspruch, junge Talente aus diesen Vereinen auf dem Weg an die Spitze bestmöglich zu unterstützen.

Für das Jahr 2018 dürfen wir einen kleinen Gewinn von CHF 803.30 präsentieren. Erfreulich ist, dass uns die öffentliche Hand sehr wohlgesinnt ist und wir aufgrund unserer Anträge Anschubfinanzierungen der IG St. Galler Sportverbände, des Sportfonds Appenzell Ausserrhoden und der Stadt St. Gallen erhalten. Diese Beiträge sind in der Anfangsphase enorm wichtig, da uns noch die grossen Teilnehmerzahlen und die Sponsoringeinnahmen fehlen. Es muss unser Ziel sein, vor allem im Sponsoring-Bereich das Optimum für die Ostschweizer Leichtathletik herauszuholen.

Letztes Jahr sind weniger Kosten angefallen als budgetiert. Insbesondere im Personalbereich wurden nicht die erwarteten Ausgaben getätigt, da unser Angebot noch nicht ausgereift ist. Wir haben zwar festgestellt, dass die Leitungsposition mit dem 30%-Pensum sehr wohl stark ausgelastet ist, jedoch waren die Ausgaben bei den Trainerentschädigungen tiefer als budgetiert. Es bleibt ganz klar unser Ziel, das Angebot weiter auszubauen, jedoch muss natürlich auch die entsprechende Nachfrage und die Wirtschaftlichkeit gegeben sein.

Für das Jahr 2019 konnten wir nun anhand von ersten Erfahrungszahlen budgetieren. Trotzdem ist der Budgetierungsprozess nach wie vor schwierig, da wir uns immer noch in der Aufbauphase befinden. Wir hoffen, dass der eingeschlagene Weg weiter nach oben zeigt und wir mit steigenden Teilnehmerzahlen rechnen dürfen. Wir möchten ein möglichst breites und qualitativ hochstehendes Angebot für die Athletinnen und Athleten bereitstellen, welches entsprechend auch finanziell nachhaltig ist.

*Stefanie Bösch, Vorstandsmitglied Finanzen*