COMBINE & COLLEGE PREP PROGRAMM 2027 · MODUL 02

Information für Eltern

Combine & College Prep Programm 2027

Liebe Eltern, Ihr Kind wurde für das Combine & College Prep Programm der Kaderschmiede Akademie vorgeschlagen bzw. hat sich dafür beworben. Diese Information erklärt, was Ihr Kind erwartet, wie wir für Sicherheit sorgen, welche Daten wir erheben und was Sie organisatorisch erledigen müssen.

1 Worum es geht

Das Programm bereitet ausgewählte American-Football- und Flag-Football-Spieler ab 16 Jahren über sechs Monate (Dezember 2026 bis Mai 2027) auf Combines wie den der Bavarian Warriors und auf mögliche Bewerbungen an US-Highschools oder Colleges vor.

Training	Samstags vormittags 120 Minuten in der Gewichtheberhalle des ESV München Ost, dazu ein bis zwei selbstständige Einheiten pro Woche nach individuellem Plan
Inhalte	Technisch sauberes Krafttraining, Sprung- und Landetechnik, Speed-Training, Vorbereitung auf die Combine-Tests
Tests	Drei Testzeitpunkte (Eingang, Zwischen, Abschluss) mit elektronischer Messung
Ergebnis	Messbare Entwicklung und eine leistungsdiagnostische Dokumentation, die für Bewerbungen genutzt werden kann

2 Ist Krafttraining für Jugendliche sicher?

Ja, wenn es fachgerecht angeleitet wird. Die Positionspapiere der National Strength and Conditioning Association (NSCA, 2009) und ein internationaler Expertenkonsens (Lloyd et al., British Journal of Sports Medicine, 2014) bewerten Krafttraining für Kinder und Jugendliche als sicher und wirksam – unter qualifizierter Aufsicht, mit Technik vor Last und angemessener Progression. Richtig dosiertes Krafttraining senkt zudem das Verletzungsrisiko im Sport.

Genau diese Bedingungen setzen wir um:

- Hanteltraining findet nur unter Aufsicht eines qualifizierten Trainers statt.
- Neue Lasten gibt es erst nach Technikfreigabe („Gates“).

- Keine Maximalversuche: Die Maximalkraft wird über die Hantelgeschwindigkeit geschätzt (Velocity Based Training).
- Tägliche Tagesform-Messung; bei schlechter Tagesform wird die Belastung automatisch reduziert.
- Abfrage der Gesamtbelastung aus Verein, Schule und Auswahl, um Überlastung zu vermeiden.

3 Wer trainiert Ihr Kind?

Programmleitung	John Uwe Scherberich – Sportwissenschaftler, DOSB-Trainerlizenz C American Football, Strength & Conditioning Coach, Mitglied des ESV München Ost
Technik Gewichtheben	Trainer der Abteilung Gewichtheben des ESV unterstützen bei den olympischen Hantelübungen
Nachweise	Erweitertes Führungszeugnis, Erste-Hilfe-Nachweis und unterzeichneter Ehrenkodex liegen für alle Trainer mit Athletenkontakt vor

Fällt der Trainer aus, übernimmt ein gleichwertig qualifizierter Trainer oder die Einheit entfällt. Ohne qualifizierte Aufsicht findet kein Hanteltraining statt.

4 Jugendschutz

- Wir arbeiten nach dem Schutzkonzept des ESV München Ost und der Munich Cowboys.
- Keine Eins-zu-eins-Situationen in geschlossenen Räumen.
- Kommunikation mit Minderjährigen ausschließlich in Gruppenkanälen (Spond), in denen Eltern mitlesen können.
- Eine Ansprechperson für Athleten und Eltern wird beim Kick-off benannt.

5 Mitgliedschaften und Versicherung

Für die Teilnahme sind zwei Mitgliedschaften nötig:

Mitgliedschaft	Zweck	Laufzeit
Förderverein Kaderschmiede Akademie e.V.	Träger des Programms	Jährlich, 40 € Jahresbeitrag (Standard)
ESV München Ost, Abteilung Gewichtheben	Hallennutzung und Sportversicherung im Training	Befristet Dezember 2026 bis Mai 2027, endet automatisch

Über die ESV-Mitgliedschaft ist Ihr Kind im Training über die Sportversicherung des Vereins abgesichert. Der Schutz soll ab der Aufnahme bzw. spätestens ab der ersten Einheit inklusive Eingangstest gelten; die genauen Bedingungen bestätigt der ESV vor Programmstart.

> **Hinweis:** Die Sportversicherung ersetzt keine private Kranken- und Unfallversicherung. Bitte prüfen Sie den Versicherungsschutz Ihres Kindes.

6 Kosten

Position	Betrag
Jahresbeitrag Förderverein (Standard)	40 € pro Jahr
Teilnahmeentgelt	voraussichtlich 25 € pro Monat, insgesamt 150 € für 6 Monate
Summe	voraussichtlich 190 €

Das Teilnahmeentgelt wird vor Programmstart verbindlich festgelegt. Es ist ein Entgelt für eine Leistung und keine Spende; eine Zuwendungsbestätigung kann dafür nicht ausgestellt werden. Zusätzlich empfehlen wir festes Schuhwerk für das Krafttraining, idealerweise Gewichtheberschuhe.

7 Welche Daten wir erheben – und warum

Für die Trainingssteuerung und die Leistungsdokumentation verarbeitet der Förderverein folgende Daten Ihres Kindes:

Datenart	Beispiele	Zweck
Stammdaten	Name, Geburtsdatum, Position, Kontakt	Organisation
Leistungsdaten	Testergebnisse, Sprung- und Sprintwerte, Hantelgeschwindigkeiten, Trainingsprotokolle	Trainingssteuerung, Fortschrittsprofil, Bewerbungsdokumentation
Körperdaten	Größe, Gewicht, Spannweite, Handgröße	Combine- und Bewerbungsprofil
Befinden	Schlaf, Muskelkater, Stress, empfundene Belastung	Belastungssteuerung, Verletzungsvorbeugung
Gesundheitshinweise	Für das Training relevante Verletzungen oder Einschränkungen	Sicherheit im Training
Foto und Video	Technikaufnahmen	Technikkorrektur; Weitergabe nur mit gesonderter Einwilligung

- Befindens- und Gesundheitsdaten sind besonders geschützte Daten. Wir verarbeiten sie nur mit Ihrer ausdrücklichen Einwilligung (Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO).
- Zugriff haben nur die Programmtrainer. Der ESV erhält nur die für die Mitgliedschaft nötigen Daten.
- Keine Weitergabe an Verband, Schulen oder Colleges – es sei denn, Sie bzw. Ihr Kind geben die Dokumentation selbst weiter oder stimmen dem ausdrücklich zu.
- Die Einwilligung ist freiwillig und kann jederzeit für die Zukunft widerrufen werden. Ohne Leistungs- und Befindensdaten ist eine gesteuerte Teilnahme allerdings nicht möglich.
- Nach Programmende werden die Daten gelöscht, sofern Sie keiner längeren Aufbewahrung für Bewerbungszwecke zugestimmt haben.

8 US-Bewerbung: realistische Erwartungen

Der Förderverein liefert **ausschließlich die leistungsdiagnostische Dokumentation** aus dem Programm: Testergebnisse metrisch und imperial, Entwicklungsverlauf, Kraftdaten und ein Messprotokoll.

Nicht Bestandteil sind die Vermittlung an Schulen oder Colleges, Kontakte zu Coaches, Highlight-Filme, akademische Unterlagen, Visa- und Austauschfragen sowie Platzierungszusagen.

> **Wichtig:** Für eine College-Bewerbung ist der akademische Teil für deutsche Bewerber oft die größere Hürde als der sportliche. Lassen Sie die Notenumrechnung früh prüfen, nicht erst im Abschlussjahr. Hinweise dazu folgen im US-Recruiting-Guide (Modul 06).

9 Wie Sie Ihr Kind unterstützen können

- Achten Sie auf ausreichend Schlaf (8–10 Stunden für Jugendliche) und regelmäßige Mahlzeiten.
- Unterstützen Sie das persönliche Wochentraining – es ist der wichtigste Baustein.
- Informieren Sie uns über Verletzungen, Krankheiten und besondere Belastungsphasen (Prüfungen, Turniere).
- Sprechen Sie Bedenken früh an. Wir sind für Rückfragen jederzeit erreichbar.

10 Was Sie bis zum Start erledigen müssen

☐ **Mitgliedsantrag Förderverein** – online über den QR-Code unten oder auf Papier

☐ **Mitgliedsantrag ESV München Ost** (befristet) – Unterschrift der Erziehungsberechtigten

☐ **Einwilligungserklärung** auf der letzten Seite ausfüllen und beim Kick-off abgeben

☐ Spond-Einladung annehmen (Eltern und Athlet)

Online-Mitgliedsantrag Förderverein: hexa.easyverein.com/public/Cowboys/applicationform/6620

11 Kontakt

Förderverein Kaderschmiede Akademie e.V. · Am Graben 20 · 81735 München

Programmleitung: John Uwe Scherberich · info@kaderschmiede-akademie.de

Anlage: Einwilligungserklärung

Combine & College Prep Programm 2027 · Förderverein Kaderschmiede Akademie e.V.

Name des Athleten / der Athletin

Geburtsdatum | Position

Name Erziehungsberechtigte(r) | Telefon (Notfall)

1 Teilnahme

☐ Ich bin/wir sind mit der Teilnahme meines/unseres Kindes am Programm einverstanden. Die Information für Eltern habe ich/haben wir gelesen.

2 Verarbeitung von Leistungs-, Befindens- und Gesundheitsdaten

☐ Ich willige ein, dass der Förderverein die im Combine Programm genannten Daten zur Trainingssteuerung und Leistungsdokumentation verarbeitet. Dies umfasst ausdrücklich Befindens- und trainingsrelevante Gesundheitsdaten (Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO).

☐ Die Daten dürfen nach Programmende für bis zu 24 Monate für Bewerbungszwecke aufbewahrt werden (optional).

3 Foto- und Videoaufnahmen

☐ Technikaufnahmen dürfen zur internen Trainingsanalyse erstellt werden.

☐ Aufnahmen dürfen für die Öffentlichkeitsarbeit des Fördervereins (Website, Social Media) verwendet werden (optional).

4 Gesundheit

Für das Training relevante Verletzungen, Erkrankungen oder Einschränkungen:

☐ Mir sind keine gesundheitlichen Gründe bekannt, die gegen die Teilnahme sprechen. Änderungen teile ich umgehend mit.

Die Einwilligungen sind freiwillig und können jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden, per E-Mail an info@kaderschmiede-akademie.de.

Ort, Datum | Unterschrift Erziehungsberechtigte(r) | Unterschrift Athlet/in