



[www.kunstturnen-bern.ch](http://www.kunstturnen-bern.ch)

# Infobroschüre

Stand Mai 2026

# Inhaltsverzeichnis

## 1. Adressen

- 1.1. Kunstturnen Frauen
- 1.2. Kunstturnen Männer
- 1.3. Funktionäre
- 1.4. Vorstand

## 2. Träger unseres Verbandes

- 2.1. Schweizerischer Turnverband
- 2.2. Berner Turnverbände
- 2.3. Freiburger Turnverband (FFG)
- 2.4. Weitere kantonale Turnverbände
- 2.5. Eltern
- 2.6. Jugend und Sport
- 2.7. Sportfonds Kanton Bern
- 2.8. Sponsoren

## 3. Trainingsbetrieb

- 3.1. Einstieg
- 3.2. Kategorien
- 3.3. Aufnahmeverfahren Stützpunkt Kutu Frauen und Männer
- 3.4. Stützpunkt Frauen
- 3.5. KTZ Top Männer
- 3.6. Schule und Trainingsbetrieb

## 4. Kommunikation und Schule

- 4.1. Kommunikation
- 4.2. Jahresgespräche
- 4.3. Austritt
- 4.4. Schule

## 5. Kosten

- 5.1. Monatliche Kosten
- 5.2. Bonussystem zur Unterstützung des Stützpunktes
- 5.3. Mitgliederbeiträge bei unterjährigem Eintritt
- 5.4. Kostenbeteiligung / Depot für KKB-Kleiderausrüstung
- 5.5. Finanzielle Unterstützung durch Stiftungen
- 5.6. Sponsorenlauf

## **6. Sportmedizinische Betreuung**

- 6.1. Organigramm
- 6.2. Sportärztliche Untersuchung
- 6.3. Physiotherapie
- 6.4. Wettkämpfe
- 6.5. Ablauf Notfall
- 6.6. Massage

## **7. Persönliche Kranken- und Unfallversicherung**

## **8. Ethik**

- Verhaltenskodex für Trainerinnen und Trainer
- Verhaltenskodex für Athletinnen und Athleten
- Trainingsbesuche
- Ethik Charta

# 1. Adressen





## 1.1. Kunstturnen Frauen

	<b>Stützpunktverantwortliche</b> Anja Altorfer	Eschenweg 10, 2555 Brügg	076 337 56 13	<a href="mailto:anja.altorfer@kunstturnen-bern.ch">anja.altorfer@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>Cheftrainer Frauen</b> Fabien Martin	Chemin des Boudrons 14 2533 Evilard	079 285 07 43	<a href="mailto:fabien.martin.mail@gmail.com">fabien.martin.mail@gmail.com</a>
	<b>Trainer Frauen</b> Ulf Schweikhardt	Schilthornweg 5 2543 Lengnau	076 216 69 94	<a href="mailto:ulf@ulfweb.de">ulf@ulfweb.de</a>
	<b>Trainerin / Choreographin Frauen</b> Desislava Bürgi	Mühlebrücke 10 2502 Biel	079 263 00 17	<a href="mailto:de.buergi@bluewin.ch">de.buergi@bluewin.ch</a>

## 1.2. Kunstturnen Männer

	<b>Stützpunktverantwortliche</b> Anja Altorfer	Eschenweg 10 2555 Brügg	076 337 56 13	<a href="mailto:anja.althorfer@kunstturnen-bern.ch">anja.althorfer@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>Cheftrainer Männer</b> Nicusor Pascu	Südweg 4c 2532 Magglingen	078 823 03 36	<a href="mailto:naegym@hotmail.com">naegym@hotmail.com</a>
	<b>Trainer Männer</b> Roland Kiraly	Neubrückestr. 23 2555 Brügg	078 928 75 36	<a href="mailto:rolandkiraly80@gmail.com">rolandkiraly80@gmail.com</a>
	<b>Ballett Männer</b> Desislava Bürgi	Mühlebrücke 10 2502 Biel	079 263 00 17	<a href="mailto:de.buergi@bluewin.ch">de.buergi@bluewin.ch</a>


### 1.3. Funktionäre

	<b>Umfeldmanagerin</b> Antje Däpp	Untere Niesenstr. 30d 3627 Heimberg	078 956 35 01	<a href="mailto:antjedaep@bluewin.ch">antjedaep@bluewin.ch</a>
	<b>Stützpunktverantwortliche</b> Anja Altorfer	Eschenweg 10, 2555 Brügg	076 337 56 13	<a href="mailto:anja.althorfer@kunstturnen-bern.ch">anja.althorfer@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>Präventions-Verantwortlicher</b> Adrian Hofmann	Weyernweg 1 2560 Nidau	079 638 68 99	<a href="mailto:ad.hofmann@gmx.ch">ad.hofmann@gmx.ch</a>
	<b>Medizinische Koordination</b> Britta Etter	Spiegelstrasse 58 3095 Spiegel b. Bern	079 418 71 86	<a href="mailto:britta.etter@gmail.com">britta.etter@gmail.com</a>
	<b>Social Media/Kommunikation</b> Anita Guldemann	Industriestrasse 20 4703 Kestenholz	079 761 54 27	<a href="mailto:socialmedia@kunstturnen-bern.ch">socialmedia@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>IT</b> Simon Obi	Wohlenstrasse 17 3043 Uetligen	076 426 65 82	<a href="mailto:web@kunstturnen-bern.ch">web@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>Geschäftsstelle und Buchhaltung (kein Vorstandsmitglied)</b> Carole Kropf	Brüggstrasse 14 3634 Thierachern	079 414 59 87	<a href="mailto:geschaeftsstelle@kunstturnen-bern.ch">geschaeftsstelle@kunstturnen-bern.ch</a> <a href="mailto:buchhaltung@kunstturnen-bern.ch">buchhaltung@kunstturnen-bern.ch</a>

	<b>J + S Coach</b> Anja Altorfer	Eschenweg 10 2555 Brügg	076 337 56 13	<a href="mailto:anja.althofer@kunstturnen-bern.ch">anja.althofer@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>Koordination Massage</b> Heidi Wildi	Herrenmattestr. 35 3752 Wimmis	078 639 01 01	<a href="mailto:h-wildi@bluewin.ch">h-wildi@bluewin.ch</a>

## 1.4. Vorstand

	<b>Präsidium</b> Remo Brechbühl	Schlösslistr. 21 3008 Bern 079 818 83 18	<a href="mailto:praesident@kunstturnen-bern.ch">praesident@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>Leitung Finanzen</b> Roger Hunziker	Weineggstr. 11a 3612 Steffisburg 076 209 19 55	<a href="mailto:finanzen@kunstturnen-bern.ch">finanzen@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>Stützpunktverantwortliche</b> (kein Stimmrecht)	Eschenweg 10 2555 Brügg 076 337 56 13	<a href="mailto:anja.altorfer@kunstturnen-bern.ch">anja.altorfer@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>TK-Männer</b> Sam Neuhaus	Hubelweg 9 2562 Port 079 759 09 48	<a href="mailto:tk-maenner@kunstturnen-bern.ch">tk-maenner@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>TK-Frauen</b> Laure Habersatt	Rue de la Paix 67 2300 La Chaux-de-Fonds 079 600 22 58	<a href="mailto:tk-frauen@kunstturnen-bern.ch">tk-frauen@kunstturnen-bern.ch</a>
	<b>Leitung Infrastruktur</b> Reto Marthaler	Brunnenweg 14 3053 Münchenbuchsee 079 754 09 06	<a href="mailto:infrastruktur@kunstturnen-bern.ch">infrastruktur@kunstturnen-bern.ch</a>

	<b>Leitung Events</b> Brigitte Dübi	Oberholz 1 3054 Schüpfen 079 435 23 06	<a href="mailto:brige.staehli@gmx.ch">brige.staehli@gmx.ch</a>
---	--	--	--

## **2. Träger unseres Verbandes**

Sie tragen den Stützpunkt nicht zuletzt dank ihren bedeutenden finanziellen Beiträgen.

### **2.1. Schweizerischer Turnverband**

### **2.2. Berner Turnverbände**

- Turnverband Bern-Oberland
- Turnverband Bern-Mittelland
- Turnverband Bern-Oberaargau-Emmental
- Turnverband Bern-Seeland
- Association de gymnastique du Jura Bernois (AGJB)
- Oberländer Kunstturnervereinigung

### **2.3. Freiburger Turnverband (FFG)**

### **2.4. Kunstturnvereine**

- alle Kunstturnvereine des Kantons Bern
- alle weiteren Kunstturnvereine mit Turner/innen im Stützpunkt

### **2.5. Eltern**

### **2.6. Jugend und Sport**

### **2.7. Sportfonds Kanton Bern**

### **2.8. Sponsoren und Gönner**

# 3. Trainingsbetrieb

## 3.1. Einstieg

Unter Einstieg verstehen wir den Beginn einer Trainings Tätigkeit im Stützpunkt. Dieser kann jederzeit erfolgen. Mit dem Einstieg kommen die Turnenden in eine der folgenden Kategorien. Die Turnenden sind immer Mitglied einer dieser Kategorien:

## 3.2. Kategorien

### 1. Schnupperphase

- o Vorbereitung, Basisarbeit Stützpunkt/KTZ Top (ca. 6 Monate)

### 2. Kadervorbereitung

- o Vorbereitung auf den nächsten Kadertest des STV.
- o Alle Stützpunkt-Turnenden müssen den Kadertest ihres Jahrgangs nach Absprache mit den Trainern absolvieren.

### 3. STV-Kadermitglied

- o Nach bestandener Kaderprüfung werden Athleten in die verschiedenen STV-Kader eingestuft. Die Athleten, die nicht in einem STV-Kader angehören, erhalten von Swiss Olympic die Local-Karte L und zusätzlich den Titel Berner Talent.

### 4. Nationalmannschaft

- o Mitglied der schweizerischen Nationalmannschaft

Alle Turnende der Kategorien 2-3 werden offiziell mit Vertrag aufgenommen. Details werden im entsprechenden Vertrag geregelt. Der Vertrag wird vorgängig zur Aufnahme in eine dieser beiden Kategorien abgeschlossen und ist eine notwendige Bedingung, um in diese Kategorien aufgenommen zu werden.

## 3.3. Aufnahmeverfahren Stützpunkt Kanton Bern

Die Cheftrainer sichten an den Wettkämpfen oder besuchen Trainings der Berner Vereine für potenzielle Athletinnen.

Die Cheftrainer entscheiden, welche Athletinnen in die Kategorie 1 aufgenommen werden, und definieren die Anzahl Trainings, welche zu besuchen sind.

## 3.4. Stützpunkt Frauen

Die Schnupperphase findet i.d.R. vom 1.8.-31.12. statt.

Anschliessend entscheidet der Cheftrainer, ob die Athletinnen in die Kategorie 2 kommen und definitiv aufgenommen werden oder in den Verein zurückkehren. Es

beginnt die Vorbereitung auf den STV-Kadertest, der Ende des Jahres erfolgt. In der Kategorie 2 beträgt der minimale Trainingsumfang 3 Trainings/Woche im ersten Halbjahr, nach den Sommerferien mind. 4 Trainings/Woche.

In den Monaten April und Mai finden jedes Jahr die Qualifikationswettkämpfe (kantonal) zur Teilnahme an den Schweizermeisterschaft Juniorinnen (SMJ) statt. Die besten zwei Wettkampfergebnisse werden addiert und durch zwei geteilt (Durchschnitt). Die Anzahl der an der SMJ startberechtigten Turnerinnen richtet sich nach den Quoten des STV, zudem besteht je Kategorie eine altersmässige Begrenzung (P1 und P2 48, P3 32, P4 und P5 24).

Das zu tragende Wettkampftenu an den kantonalen Wettkämpfen ist das Vereinstenu und bei den nationalen Wettkämpfen das KKB Tenu.

### **3.5. Stützpunkt Männer**

Die Schnupperphase findet i.d.R. vom 1.8.-31.12. statt.

Der Wechsel in Stützpunkt erfolgt in der Regel mit der Vorbereitung zum ersten Kadertest statt. Wenn die Athleten Potenzial haben, erfolgt der definitive Wechsel in den Stützpunkt. Ausnahmen in Bezug auf einen Übertritt mit bereits 8 Jahren sind immer möglich. Ein Quereinstieg ist grundsätzlich immer nach individueller Absprache und Entwicklungsstand möglich.

Von Sommer- bis zum Sommer des Jahres trainieren die Knaben 5 x pro Woche im RLZ-Bern. Ab dem Eintritt in den Stützpunkt werden keine Vereinstrainings benötigt oder nur mit Absprache der Trainer.

Die Anzahl Trainings pro Woche werden von den Trainern individuell bestimmt und den Eltern frühzeitig mitgeteilt.

Das zu tragende Wettkampftenu an den kantonalen Wettkämpfen ist das Vereinstenu und bei den nationalen Wettkämpfen das KKB Tenu.

#### **3.5.1. Trainingsbesuch durch Eltern**

Eltern ist es jederzeit erlaubt, die Trainings zu besuchen. Die Eltern sind gebeten, sich ausschliesslich im Eingangsbereich aufzuhalten und leise zu sein, um den Trainingsbetrieb nicht zu stören.

#### **3.5.2. KTZ-Männer (im Moment inaktiv)**

Wir wollen Berner und Freiburger Turner, die an nationalen Wettkämpfen nicht nur dabei sind, sondern auch Medaillen gewinnen und für die anderen Schweizer Turner eine ernstzunehmende Konkurrenz darstellen. Um die Turner zu motivieren, wollen wir jährlich an 1 – 2 (je nach Kosten) internationalen Wettkämpfen teilnehmen (ab P4).

Die Turner haben nach Absprache mit den Trainern zusätzlich zu den KTZ-Trainings im Stammverein zu trainieren. Es ist aber wichtig, dass die Trainings ausschliesslich im Stützpunkt zu absolvieren sind.

### *Vorgehen*

P3 – P6 Turner

- erlernen im Stützpunkt die Wettkampfübungen \*
- der Stützpunkt entscheidet über die Teilnahme an Wettkämpfen \*

\* sofern der Turner sowohl im Verein als auch im Stützpunkt trainiert, sprechen sich die Cheftrainer Stützpunkt- und Vereinstrainer über die Zuständigkeiten ab.

### **3.6. Schule und Trainingsbetrieb**

Die Wahl der richtigen Schule ist entscheidend für den Erfolg im Spitzensport, da eine unterstützende schulische Umgebung sowohl flexibles Lernen als auch eine ausgewogene Balance zwischen Bildung und Training ermöglicht. Unter anderem empfiehlt der KKB die folgenden Schulen:

- [Bolligen](#)
- Gymnasium Neufeld ([Gym - Neufeld \(gymneufeld.ch\)](http://Gym - Neufeld (gymneufeld.ch)))
- Gymnasium Hofwil ([Home: Gymhofwil](#))
- Feusi (Privat und nur mit einer National-Karte möglich) [Bildungszentrum | Privatschule in Bern und Solothurn | Feusi](#)
- SKS Biel (ab der 7. Klasse = Sport-Kultur-Studium) [Gymnasium Biel-Seeland \(gbsl.ch\)](http://Gymnasium Biel-Seeland (gbsl.ch))
- Kunst- und Sportklasse Thun [www.kunst-sportklassen.ch](http://www.kunst-sportklassen.ch)

Die Koordination für Schulen, Dispensationen und Übertritte folgen über das Umfeldmanagement als primäre Ansprechperson.

## **4. Kommunikation**

### **4.1. Kommunikation**

Die Kommunikation läuft in erster Linie zuerst über den Trainer.

Bei Ausnahmefällen kann der/die Stützpunktverantwortliche dazugeholt werden.

Wichtig ist, dass die Kommunikation zwischen Eltern, Trainer RLZ/KTZ regelmässig gepflegt werden, damit alle Beteiligten über die Entwicklung des Athlet/in, allfällige Probleme oder Verletzungen informiert sind.

Die Trainer führen einen Whatsapp-Chat, in dem sie wichtige Informationen / Änderungen des Trainings via Nachricht mitteilen können.

### **4.2. Newsletter**

Es wird vierteljährlich ein Newsletter versendet mit den wichtigsten Informationen aus der Turnhalle, dem Vorstand und der Turn-Community. Zur Anmeldung [hier](#).

### **4.3. Jahresgespräche**

Es finden im Januar die jährlichen Einzelathlet:innengespräche mit den Trainern und mit der Stützpunkt Verantwortlichen statt.

Es findet mind. 1x im Jahr obligatorisch ein Elternabend statt.

### **4.4. Austritt**

Uns ist es wichtig, dass die Athleten dem Kunstturnen Kanton Bern erhalten bleiben. Es ist uns darum ein Anliegen, dass Athlet\*innen die ihre Karriere im Stützpunkt beenden müssen oder wollen, erfolgreich in den Verein geführt werden. In diesem Sinne garantiert der Stützpunkt frühzeitig zu kommunizieren und die mögliche Unterstützung zu bieten. In enger Abstimmung mit den zuständigen Vereinstrainer soll, wenn immer möglich und gewünscht, eine lückenlose Rückführung in den Verein ermöglicht werden.

## 5. Kosten

### 5.1. Monatliche Kosten

+ Grundkosten pro Turner/In und Monat	CHF 79.-
+ Variable Kosten pro Einheit und Monat	CHF 23.50

Die Anzahl Einheiten wird wie folgt berechnet:

- Ein einphasiges Training (1 Training pro Tag) zählt als 1.00 Einheiten
- Zweiphasige Trainings (2 Trainings pro Tag) zählen als 1.33 Einheiten zur finanziellen Entlastung für Athleten mit hohem Trainingspensum.

Beispiel: 3 einphasige und 3 zweiphasige Trainings  
 = 7.0 Einheiten, d.h.  $1 \times 79.00 + 7 \times 23.50 = \text{CHF } 243.50 / \text{Monat}$

<b>Anzahl Trainingseinheiten/Woche</b>	<b>Monatliche Kosten</b> Die Fakturierung erfolgt semesterweise, d.h. Betrag mal 6
	<b>Stützpunkt</b>
Schnuppern	
1	CHF 102.50
2	CHF 126.-
3	CHF 149.50
4	CHF 173.-
5	CHF 196.50
6	CHF 220.-
7	CHF 243.50

Die Anzahl der Trainings wird durch die Trainer festgelegt. Die Beiträge werden pro Semester, jeweils vom 01.02. - 31.07. und vom 01.08. – 31.01. erhoben.

*In diesen Kosten nicht enthalten sind der Kaderbeitrag (700.-), der Leistungssportausweis (175.-), Mitgliederbeiträge (Verein, KKB), Startgelder (50.- bis 70.- / Wettkampf), Lager, Trainingsergänzung (Massagen, Mentaltraining), obligatorische jährliche Untersuchung (150.-/450.-) und persönliches Trainingsmaterial (Leder können zum Vorzugspreis von CHF 50 bei Reto Marthaler bezogen werden) sowie persönliche Transportkosten. Bei 100% Trainingsdispens*

während eines Zeitraums von länger als einem Monat kann auf Antrag der betroffenen Eltern der Beitrag reduziert werden. Volle Beiträge werden geschuldet und Reduktion wird durch KKB rückerstattet.

## **5.2. Bonussystem zur Unterstützung des KKB-Leistungszentrums**

Da der KKB auf Einnahmen aus Anlässen wie auch auf den kostengünstigen Unterhalt des Stützpunktes angewiesen ist, sollen die gesetzlichen Vertreter:innen vom Stützpunkt und KTZ Top Athlet:innen den Verein mit Helfereinsätzen unterstützen und mittragen, insbesondere bei:

- der Durchführung von Wettkämpfen
- der Durchführung von weiteren Events
- der Hilfe beim Unterhalt und Reinigung des Stützpunktes
- weiteren Unterstützungsarbeiten

Mögliche Events werden zu Beginn des Jahres kommuniziert und die Eltern können sich entsprechend in die Liste eintragen. Insgesamt wird erwartet, dass pro Athlet:in 15h Vereinsarbeit von den gesetzlichen Vertreter:in geleistet wird. Pro geleistete Stunde werden CHF 20.- im Folgejahr bis max. CHF 300.- pro Jahr beim Basisbeitrag in Abzug gebracht.

## **5.3. Mitgliederbeiträge bei unterjährigem Eintritt**

Grundsätzlich werden Mitgliederbeiträge im Voraus für ein Semester in Rechnung gestellt. Austritte oder Trainingsreduktionen während dem laufenden Semester führen grundsätzlich nicht zu Rückerstattungen.

## **5.4. Kostenbeteiligung / Depot für KKB Kleiderausrüstung**

Jede Turnerin und jeder Turner erhalten vom KKB einen Trainingsanzug und ein T-Shirt. Die Turnerinnen erhalten zusätzlich ein Turnkleid und die Turner ein Wettkampftenu bestehend aus Body, langen sowie kurzen Hosen.

### **5.4.1. Kostenbeteiligung/Depot:**

Für jeden zur Verfügung gestellten Trainingsanzug leisten die Turner\*innen ein Depot von CHF 100.00. Die Turnerinnen und Turner leisten für die bezogenen Tenu resp. Turnkleider ein Depot von CHF 150.00. Das Depot wird von der Geschäftsstelle in Rechnung gestellt. Die Turnerinnen und Turner, welche an den Schweizerischen Mannschaftsmeisterschaften teilnehmen, haben kein Depot zu hinterlegen. Für das T-Shirt ist kein Depot zu hinterlegen.

### **5.4.2. Umtausch und Rückgabe:**

Entsprechen die Kleidungsstücke nicht mehr den passenden Grössen, so kann ein Trainingsanzug, ein Turnkleid oder ein Wettkampftenu jederzeit umgetauscht

werden. Das Depot verbleibt beim KKB. Die Bekleidungsstücke sind gewaschen und sauber zurückzugeben. Sind Kleidungsstücke beschädigt und können diese nicht durch geringen Aufwand geflickt werden oder sind diese durch neue Modelle ersetzt worden, so kann kein Umtausch erfolgen. Die Turnerin, der Turner, die Trainerin, der Trainer oder die Betreuungsperson haben durch Hinterlegung eines neuen Depots einen neuen Trainer zu beziehen.

Bei Austritt aus dem KKB, dem Stützpunkt sind die Bekleidungsstücke gewaschen und sauber zurückzugeben. Bei der Rückgabe erhalten die Turner\*innen das geleistete Depot zurück. Sind die Bekleidungsstücke beschädigt, befleckt, verfärbt oder aus anderen Gründen nicht mehr brauchbar, so wird das Depot nicht zurückerstattet.

Die Turnerinnen und Turner der Mannschaften des KKB haben die Bekleidungsstücke nach dem Wettkampf gewaschen an die verantwortliche Person des KKB zurückzugeben.

## 5.5. Finanzielle Unterstützung durch Stiftungen

Unter anderem folgende Schweizer Stiftungen unterstützen talentierte Kinder und Jugendliche finanziell auf deren Weg zur Spitze:

- [www.sporthilfe.ch](http://www.sporthilfe.ch) (hier sind Joya, Gian und Lia)
- [www.winterhilfe.ch/hilfe](http://www.winterhilfe.ch/hilfe) erhalten Adresse: Winterhilfe Kanton Bern, Neuengasse 5, 3011 Bern
- [www.beobachter.ch/unterstuetzung-fuer-hilfesuchende](http://www.beobachter.ch/unterstuetzung-fuer-hilfesuchende)
- [www.bern.ch/themen/gesundheitskosten](http://www.bern.ch/themen/gesundheitskosten) soziales/finanzielle-unterstützung für gesundheitskosten
- winterhilfe mit der Roger Federer Foundation
- [www.familienhilfe-bern.ch](http://www.familienhilfe-bern.ch) Adresse: Stiftung Familienhilfe, Postfach, 3001 Bern kontakt@familienhilfe.ch 077/ 529 63 50
- Stiftung nextsportgeneration Adresse: Stiftung Next Sport Generation, Harzerweg 2, 4702 Oensingen [info@nextsportgeneration.ch](mailto:info@nextsportgeneration.ch) 079/129 55 38
- Stiftung Jugendförderung Sport for Kids
- Fritz Gerber Stiftung [www.fritz-gerber-stiftung.ch](http://www.fritz-gerber-stiftung.ch)
- Stiftung Fritz Bösch

Für finanzielle Hilfe muss üblicherweise direkt bei den Stiftungen ein schriftliches Gesuch eingereicht werden

## 5.6. Sponsorenlauf

Der Stützpunkt kann die finanziellen Verpflichtungen nur durch Mithilfe Aller wahrnehmen. Der jährliche Sponsorenlauf ist deshalb aus finanziellen Gründen unerlässlich. Die Teilnahme am HASPOLA ist für alle Stützpunkt Turnerinnen / Turner obligatorisch. Der Mindest- Sammelbetrag pro Ti/Tu beträgt CHF 300.-. (Familien mit 2 Kindern: 1. Kind mind. Fr. 300.-; 2. Kind mind. Fr. 200.-).

## 6. Sportmedizinische Betreuung Stützpunkt

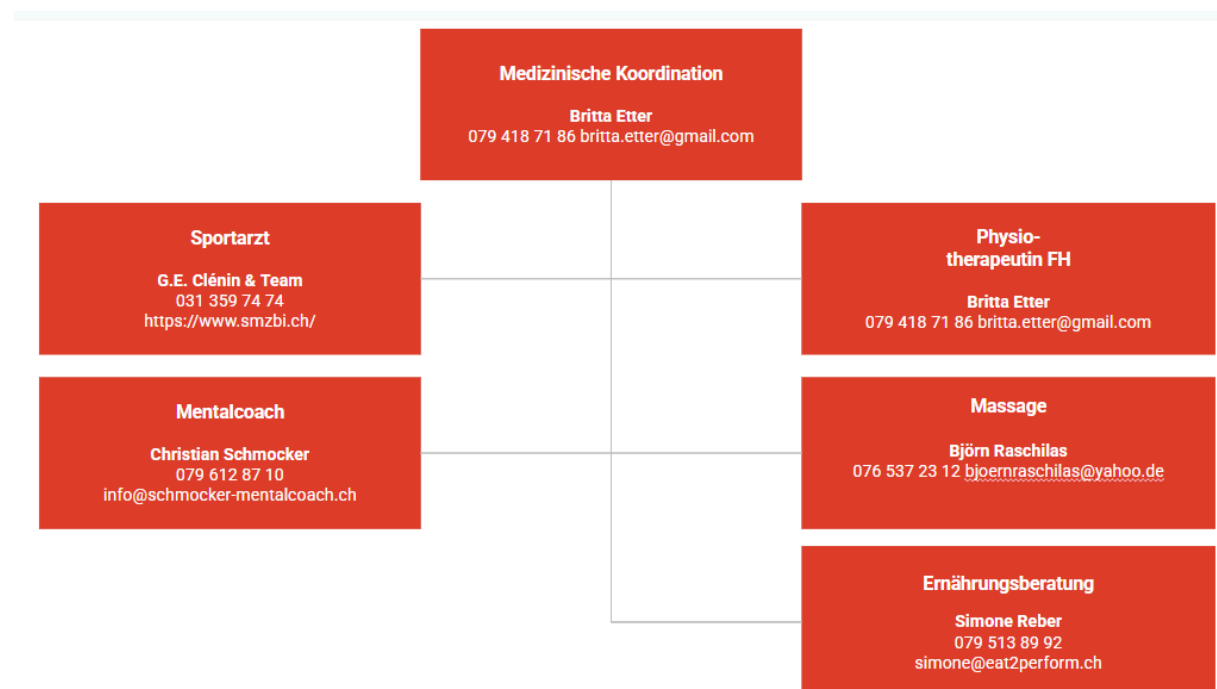
Mit dem Eintritt in unseren Stützpunkt beginnt für die Athletinnen und Athleten ein systematischer Aufbau im Spitzensport. Trotz modernster Infrastruktur und gesundheitsschonender Trainingsgeräte ist die Belastung durch das Pensum in Sport und Schule sowie verkürzte Regenerationszeiten hoch. Unser Ziel ist es, Überlastungen frühzeitig zu erkennen und präventiv gegenzusteuern.

### Prävention als Erfolgsfaktor

Im Zentrum unseres sportmedizinischen Konzepts steht die Vorbeugung. Das Betreuungsteam erkennt kunstturnspezifische Risiken frühzeitig und gibt direkte Empfehlungen an den Trainerstab weiter.

- **Regelmässige Check-ups:** Auch ohne akute Beschwerden führen wir systematische Untersuchungen durch.
- **Nachhaltigkeit:** Wir sind überzeugt, dass wir durch proaktives Handeln den Grundstein für eine langfristig erfolgreiche Karriere legen.

### 6.1. Organigramm



Das vorliegende Dokument regelt die Zusammenarbeit zwischen dem Stützpunkt bezüglich sportmedizinischer und physiotherapeutischer Betreuung der Athleten und Athletinnen.

Gegenstand dieses Dokuments bilden die medizinische, therapeutische und leistungsdiagnostische Versorgung der Athleten und Athletinnen des Stützpunktes sowie die Betreuung und die sportmedizinische Untersuchung. Die Physiotherapeutin ermöglicht dem KKB einen schnellen und unkomplizierten Zugang zu medizinischen Leistungen für seine Athleten und Athletinnen und gibt bei einem Befund direkte Präventionsübungen als Massnahme.

## 6.2. Sportärztliche Untersuchung (SPU)

Dr. G.E. Clénin und sein Team führen, unterstützt von der Physiotherapeutin, die jährliche SPU der Athlet\*innen durch. Die Athlet\*innen bzw. die Eltern haben diese mit der Einverständniserklärung von der ärztlichen Schweigepflicht entbunden, so dass

der Arzt, Physiotherapeutin den Trainer/in und dem Betreuer\*team (Stützpunkt-Verantwortliche\*r) entsprechend Auskunft geben dürfen.

Die Kaderathleten müssen sich jährlich einer gründlichen sportmedizinischen Untersuchung unterziehen lassen, welche über Dr. G.E. Clénin erfolgt. Alle 3 Jahre ist die "normale" SPU. In den anderen Jahren findet eine kleinere "RLZ-Bern-Untersuchung" statt (welche auch gültig für die Kadertests ist:

<b>Zeitpunkt</b>	<b>Alter</b>	<b>Untersuchung</b>	<b>Verantwortlicher</b>	<b>Nutzen</b>
Im Herbst	8 – 9 Jahre	Gründliche Untersuchung des Bewegungsapparates + kleines Labor inkl. Besprechung mit Arzt	Britta Etter <i>Physiotherapeutin FH</i>	Frühzeitige Erkennung von Problemen des Bewegungsapparates
Im Herbst	10 Jahre	Gründl. sportmedizinische Untersuchung aller Organsysteme, inklusive EKG und Laboranalysen	Dr. med. German Clénin <i>FMH Innere Medizin, Sportarzt</i>	Frühzeitige Erkennung von Problemen des ganzen Organismus, inklusive Mangelsituationen
Im Herbst	11 - 12 Jahre	Gründliche Untersuchung des Bewegungsapparates + kleines Labor inkl. Besprechung mit Arzt	Britta Etter <i>Physiotherapeutin FH</i>	Frühzeitige Erkennung von Problemen d. Bewegungsapparat
Im Herbst	13 Jahre	Gründl. sportmedizinische Untersuchung aller Organsysteme, inklusive EKG und Laboranalysen	Dr. med. German Clénin <i>FMH Innere Medizin, Sportarzt</i>	Frühzeitige Erkennung von Problemen des ganzen Organismus, inklusive Mangelsituationen
Im Herbst	14 - 15 Jahre	Gründliche Untersuchung des Bewegungsapparates + kleines Labor inkl. Besprechung mit Arzt	Britta Etter <i>Physiotherapeutin FH</i>	Frühzeitige Erkennung von Problemen des Bewegungsapparates
Im Herbst	16 Jahre	Gründl. sportmedizinische Untersuchung aller Organsysteme, inklusive EKG und Laboranalysen	Dr. med. German Clénin <i>FMH Innere Medizin, Sportarzt</i>	Frühzeitige Erkennung von Problemen des ganzen Organismus, inklusive Mangelsituationen

### **6.3. Physiotherapie**

Die Physiotherapeutin bietet den Athlet\*innen die physiotherapeutische Begleitung an. Sie leistet diesen Service wenn sie die Besuche im RLZ durchführt. Sie entscheidet bei Bedarf, ob eine ärztliche Konsultation nötig ist und es allenfalls eine physiotherapeutische Verordnung benötigt für wiederholte Behandlungen.

Die Physiotherapeutin besucht den Stützpunkt regelmässig. Die Planung der Einsatztage soll möglichst frühzeitig in Absprache zwischen den beiden Parteien erfolgen, damit die Physiotherapeutin die Einsätze abstimmen kann.

Zudem ist die Physiotherapeutin per Telefon für die Eltern, Trainer und Betreuungspersonen bei Problemen ansprechbar.

Es ist unabdingbar, dass die Empfehlungen der Physiotherapeutin betreffend der Belastung einer verletzten bzw. erkrankten Athlet\*in ohne Einschränkung von allen Beteiligten umgesetzt werden. Das gilt für die Trainer\*innen, Eltern, Athlet\*innen, die Betreuer\*innen und die sportliche Leitung. Bei Fragen ist der zuständige Arzt der Athlet\*in verantwortlich. Diese können per Mail oder telefonisch geklärt werden.

Für den Trainingsbetrieb enthält das Medical-Bag keine Medikamente, aber Material für therapeutische Zwecke, Taping und lokale Anwendungen.

### **6.4. Wettkämpfe**

Sollte es erforderlich sein, so besteht die Möglichkeit, dass die Physiotherapeutin die beiden Teams an internationalen Wettkämpfen begleitet.

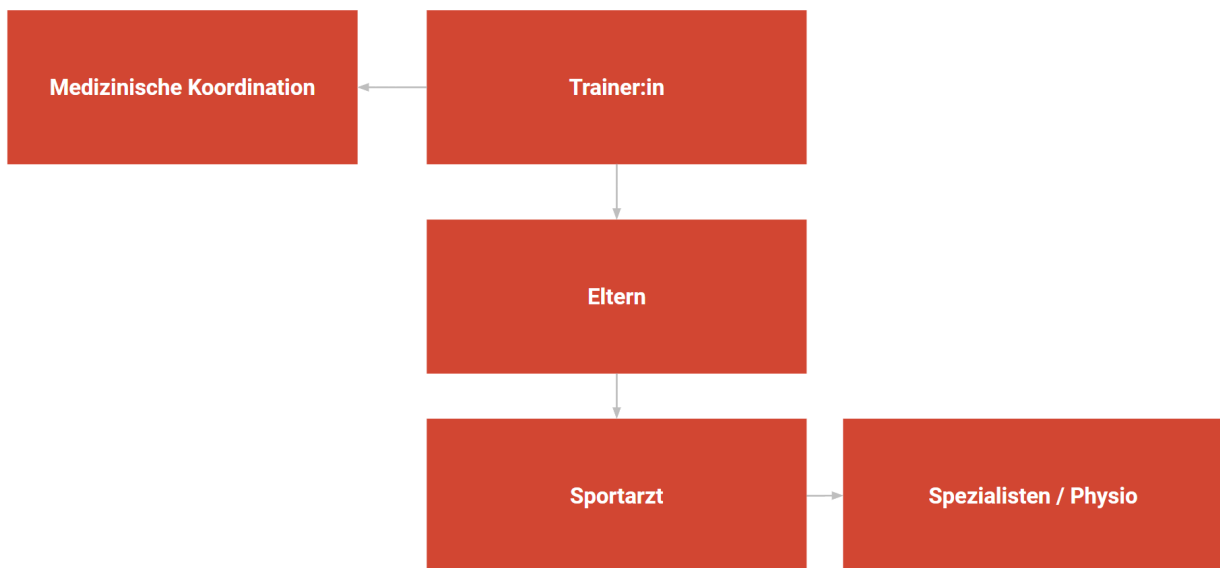
## 6.5. Ablauf Notfall

Im Falle eines Notfalls besteht seitens KKB ein Diagramm, welches die Abläufe, Ansprechpersonen und Entscheidungsträger\*innen beschreibt.

Zusätzlich hängt im Stützpunkt ein Notfallplan mit einer Wegleitung.

Die Trainer informieren zuerst die Eltern, mit denen gemeinsam entschieden wird, welche weiteren medizinischen Schritte eingeleitet werden. Es besteht die Möglichkeit für einen Notfalltermin bei Dr. G.E. Clénin.

Bei schwerwiegenden Verletzungen (Wirbelsäule/Kopf) wird direkt die Notrufnummer 144 angerufen.



## 6.6. Massage

Die Massage dient der Athlet\*in zur Entspannung und Regeneration. Es ist wichtig, dass sich der/die Athlet\*in neben dem vielen Training regeneriert. Wichtig sind viel Schlaf, Erholung, Ernährung und die Massage. So können Verletzungen vermieden werden.

Wir empfehlen den Eltern und dem/r Athlet\*in 1x in der Woche in die Massage zu gehen. Wir vom Stützpunkt haben vor Ort 1x pro Woche eine 30-minütige Massage à CHF 40. Die Anmeldung und Koordination läuft über Heidi Wildi (siehe Organigramm).

Die Physiotherapeutin spricht sich mit dem Masseur ab.

## 7. Persönliche Kranken- und Unfallversicherung

Jedes Mitglied muss eine persönliche Kranken- und Unfallversicherung abgeschlossen haben. Besonders wichtig ist eine Versicherungsdeckung „Allgemeine Abteilung, **ganze Schweiz**“. Die Krankenkassenprämie für Kinder für diesen Zusatz beträgt ca. CHF 1.00 pro Monat, deckt aber Operationen in einer Spezialklinik zu 100% ab, welche gut und gerne CHF 5000.00 bis CHF 10000.00 zusätzlich kosten würden. Zudem empfehlen wir dringend, vor dem 16. Lebensjahr einen Wechsel in den Krankenkassenstatus «Halbprivat» zu prüfen. Dies garantiert die freie Arztwahl sowie den schnellen Zugang zu spezialisierten Fachkräften.

### Subsidiäre Unfallversicherung

- Subsidiär über die persönliche Kranken- und Unfallversicherung hinaus sind STV-Mitglieder bei der Sportversicherungskasse des STV ([www.stv-fsg.ch](http://www.stv-fsg.ch)) versichert. Davon profitieren alle Turner/innen.

Subsidiär (also in Ergänzung zur privaten Unfallversicherung) übernommene Schäden:

- Heilungskosten ambulant, inkl. Franchise, insgesamt maximal CHF 30'000.00
- Stationäre Kosten, Selbstbehalt und Franchise, pro Tag maximal CHF 1'000.00, insgesamt maximal CHF 10'000.00
- Zahnschäden inkl. Selbstbehalt und Franchise, insgesamt maximal CHF 8'000.00
- Todesfall: Jugendliche CHF 13'333.00, Erwachsene CHF 40'000.00
- Invalidität bis CHF 250'000.00
- Brillenschäden und Kontaktlinsen, die ersten CHF 700.00 voll, dann 50%, max. CHF 1000.00

## 8. Ethik

Trainerinnen und Trainer befolgen den Verhaltenskodex des KKB für Trainerinnen und Trainer im Sport. Turnende befolgen den Verhaltenskodex für Athletinnen und Athleten. Der KKB setzt sich für einen gesunden, respektvollen, fairen und erfolgreichen Sport ein und anerkennt das Ethik-Statut des Schweizer Sports und die Ethik Charta von Swiss Olympic und deren neun Prinzipien:

### 1. Gleichbehandlung für alle.

Nationalität, Alter, Geschlecht, sexuelle Orientierung, soziale Herkunft, religiöse und politische Ausrichtung führen nicht zu Benachteiligungen.

### 2. Sport und soziales Umfeld im Einklang.

Die Anforderungen in Training und Wettkampf sind mit Ausbildung, Beruf und Familie vereinbar.

### 3. Stärkung der Selbst- und Mitverantwortung.

Sportlerinnen und Sportler werden an Entscheidungen, die sie betreffen, beteiligt.

### 4. Respektvolle Förderung statt Überforderung.

Die Massnahmen zur Erreichung der sportlichen Ziele verletzen weder die physische noch die psychische Integrität der Sportlerinnen und Sportler.

### 5. Erziehung zu Fairness und Umweltverantwortung.

Das Verhalten untereinander und gegenüber der Natur ist von Respekt geprägt.

### 6. Gegen Gewalt, Ausbeutung und sexuelle Übergriffe.

Physische und psychische Gewalt sowie jegliche Form von Ausbeutung werden nicht toleriert. Sensibilisieren, wachsam sein und konsequent eingreifen.

### 7. Absage an Doping und Drogen.

Nachhaltig aufklären und im Falle des Konsums, der Verabreichung oder der Verbreitung sofort einschreiten.

### 8. Verzicht auf Tabak und Alkohol während des Sports.

Risiken und Auswirkungen des Konsums frühzeitig aufzeigen.

### 9. Gegen jegliche Form von Korruption.

Transparenz bei Entscheidungen und Prozessen fördern und fordern. Den Umgang mit Interessenkonflikten, Geschenken, Finanzen und Wetten regeln und konsequent offenlegen.

Im Weiteren verfügt der KKB über einen Verhaltenscodex, welcher jederzeit im Internet auf unserer Website abrufbar ist.

Bei Verdacht auf Verletzung des Verhaltenscodex kann eine Meldung anonym über das Meldeportal bei Swiss Sport Integrity oder gemäss unserem Interventionsschema an Anja Altorfer oder Adrian Hoffmann erfolgen.

## **Stiftung Swiss Sport Integrity**

Die unabhängige Stiftung Swiss Sport Integrity (SSI) leistet einen wesentlichen Beitrag zur Integrität des Sports unter anderem auch durch die Entgegennahme und Untersuchung von Meldungen zu Ethikverstössen. Ziele der SSI sind eine nachhaltige und wirksame Bekämpfung ethischen Fehlverhaltens und von Missständen im Sport. Swiss Sport Integrity orientiert sich dabei an internationalen Vorgaben sowie an den Grundsätzen des Doping-Statuts von Swiss Olympic sowie des Ethik-Statuts des Schweizer Sport und verfügt über die notwendigen internationalen Anerkennungen.

Meldungen über Ethikverstösse, Missstände in Sportorganisationen sowie Dopingverstösse oder entsprechende Verdachtsfälle können über das Online-Meldeportal der SSI erfolgen.

Mehr Informationen finden Sie auf der Homepage von Swiss Sport Integrity: [Swiss Sport Integrity](#)