|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| SkiO-Kader 2025/26 Bewerbungsformular  Deadline 15. Mai 2025 | | | | |
|  |  |  |  |  | |

1. **Athlet\*in: Lebenslauf**

Damit wir dich etwas besser kennenlernen, bitten wir dich, uns deinen Lebenslauf inklusive OL-Karriere etwas näher zu bringen. Schreibe bitte jeweils ein paar kurze Sätze zu den folgenden Stichworten.

|  |
| --- |
| Wie und wann bist du zum Ski-O bzw. Orientierungssport gekommen? Wie ist dein sportlicher Werdegang? |
|  |

1. **Deine bisher besten Ski-O- und Langlauf-Resultate (international und national)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Wettkampf | Datum | Siegerzeit | Laufzeit | Rang |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

1. **Ski-O-Saison 2024/25**

|  |
| --- |
| 1. Welche Ziele hast du dir vor der Saison 2024/25 gesetzt? (Leistungs- und/oder Ergebnisziele) |
|  |
| 1. Wie ist deine Saison 2024/25 allgemein verlaufen? Was ist dir gelungen und wo siehst du noch Verbesserungsmöglichkeiten? |
|  |
| 1. Welche Leistungsziele/Ergebenisziele aus Frage 1 hast du erreicht? Welche nicht? Warum/Warum nicht? (nur für Athleten ab D/H17- auszufüllen) |
|  |
| 1. Hattest du in den letzten 2 Jahren Verletzungen oder andere medizinische Probleme, die dich länger als 2 Wochen beschäftigt haben? |
|  |
| 1. Welche OSMU\*-Ziele hast du dir in diesem Jahr gesetzt und wie gelang dir die Umsetzung? (nur für Athleten ab D/H17- auszufüllen)? |
|  |

\*OSMU= Orientieren, Skiing, Mental und Umfeld

1. **Ausblick Saison 2025/26**

|  |
| --- |
| Was könnten weitere Ansatzpunkte für dein Training fürs nächste Jahr sein? Welche Leistungsziele könntest du dir für kommende Saison setzen? Worin möchtest du dich verbessern? |
|  |
| Welchen zeitlichen Aufwand bist du bereit in das Training (Std. pro Woche) und in Trainingslager und Wettkämpfe (Wochen pro Jahr) zu investieren? |
|  |
| Wo siehst du dich aktuell in deiner Karriere und wo siehst du dich als Ski-O Athlet:in in 3-5 Jahren? Ab D/H17- zusätzlich: Welche langfristigen Ziele hast du im Ski-O? Wie schaut dein Umfeld dazu aus? (Ausbildung, Beruf, Trainingsmöglichkeiten) |
|  |

1. **Motivation**

|  |
| --- |
| Warum möchtest du Mitglied im Nationalkader werden bzw. bleiben? |
|  |
| Warum denkst du, sollten wir dich in den Ski-O Kader aufnehmen? |
|  |

1. **Diverses**

|  |
| --- |
| Welches Trainingstagebuch führst du? |
|  |
| Hast du einen persönlichen Betreuer? / Wie sieht eure Zusammenarbeit aus? |
|  |
| Weiteres sportlich Relevantes, das du gerne über dich erzählen möchtest? |
|  |

Bitte senden den ausgefüllten Bewerbungsbogen bis Donnerstag, 15. Mai 2025, an Sportdirektor Gernot Ymsén ([leistungssport@oefol.at](mailto:leistungssport@oefol.at)).

Am Austriacupwochenende in Kärnten (17./18. Mai) besteht die Möglichkeit, sich mit Nachwuchsbetreuer Jörg Bürger ([joerg.buerger@oefol.at](mailto:joerg.buerger@oefol.at)) persönlich auszutauschen.