

LADIES IN TENNIS

ÖTV-Trainerinnen- und Schiedsrichterinnen-WORKSHOP

24./25.02.2024

EUGENDORF | SALZBURG



 Bundesministerium
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport

 **WORKSHOP**

Der ÖTV lädt herzlich zum Workshop des Projekts „Ladies in Tennis“ in Salzburg/Eugendorf ein. Der Workshop ist für alle Schiedsrichterinnen und Trainerinnen im Tenniswesen.

Datum: 24. und 25. Februar 2024

EUGENDORF | GASTAGWIRT

TAG 1 – 24.02.2024**10.00–17.30 Uhr****10.00h–10.15 Uhr: Eröffnung des Workshop-Wochenendes****10.15h–12.30 Uhr: Philipp Wessely**

Zyklusbasierte Grundlagen im Tennissport für Spielerinnen

12.30h–14.00 Uhr: Mittagessen**14.00h–15.30 Uhr: Susanne Neuhäuser**

Eine Frau im Motorradsport: „Einblicke in eine ungewöhnliche Karriere.“

15.30h–16.00 Uhr: Kaffeepause**16.00h–17.30 Uhr: Petra Russegger und Eva Rungaldier**

Ladies in Tennis; Advantage all – Ein- und Ausblicke für den Damensport

TAG 2 – 25.02.2024**10.00–16.00 Uhr****10.00h–11.30 Uhr: Marina Zechner**

Schiedsrichterdasein in einer Männerdomäne: „Werdegang und Diskussionsrunde“.

12.00h–15.30 Uhr: Petra Russegger

Die Rolle als Schiedsrichterin und Trainerin

Aktiver Workshop mit allen Teilnehmerinnen

15.30h–16.00 Uhr: Feedback und Verabschiedung



ORGANISATION

ÖTV LADIES IN TENNIS „Matchball“-Workshop

Für alle Trainerinnen und Schiedsrichterinnen

Workshop in Eugendorf | Gastagwirt

24.02. von 10.00h–17.30 Uhr

25.02. von 10.00h–15.30 Uhr

ADRESSE:

Gastagwirt | Alte Wiener Straße 37 | 5301 Eugendorf

ANMELDUNG: per E-Mail an evarungaldier@gmail.com

Der Workshop ist KOSTENLOS – jedoch ist eine Anmeldung erforderlich!

ZUSATZINFOS:

* *Der Workshop bildet den Abschluss des Projekts „Ladies in Tennis“.*

** *Der Workshop ist themenübergreifend aufgebaut, für alle Schiedsrichterinnen und Trainerinnen*

*** *Kosten für die Übernachtung vor Ort: 95 € Einzelzimmer, 160 € Doppelzimmer inkl. Frühstück*

ALLE INFOS AUCH UNTER: [ÖTV-Website Ladies in Tennis](#)

KONTAKTPERSONEN bei jeglichen Fragen:

Petra Russegger, MBA

ÖTV-Mentorin für Trainerinnen

petrussegger@hotmail.com

Tel.: 0650 8920346

Eva Rungaldier

ÖTV-Mentorin für Schiedsrichterinnen

evarungaldier@gmail.com

Tel.: 0664 4652223

Inhalte im Detail

Zyklusbasiertes Training

Philipp Wessely, MSc

10.15–12.30 Uhr

In diesem Vortrag werden für Schiedsrichterinnen und Trainerinnen die Ansätze des zyklusbasierten Trainings und Auswirkungen des Zyklus auf die Spielerinnen besprochen.

- Ansätze zur Trainingssteuerung für Tennisspielerinnen
- Was ist zyklusbasiertes Training?
- Welche Unterschiede sind bei der Trainingssteuerung bzw. im athletischen Bereich zu berücksichtigen?
- In welcher Zyklusphase ist der Trainingseffekt / die Leistungsfähigkeit bei Athletinnen besonders hoch?
- Welche Apps bzw. neue Trainingstools können zyklusbasiertes Training unterstützen?

Eine Frau im Motorsport

Susanne Neuhäuser

14.00–15.30 Uhr

Dieser Vortrag bietet einen Einblick in die Männerdomäne Motorsport, in der sich Susanne Neuhäuser als Referee bewiesen hat. Sie berichtet über:

- ihre Anfänge und ihren Werdegang
- ihre Rolle als Referee im Motorsport
- die Herausforderungen in ihrem Beruf
- die Vereinbarkeit von Beruf und Familie
- das Potenzial der Frauenrolle im Motorsport

Ladies in Tennis; Advantage all – Ein- und Ausblicke für den Damensport

Petra Russegger und Eva Rungaldier

16.00–17.30 Uhr

Eva und Petra erzählen von ihren Erfahrungen als weibliche Mentorinnen für Schiedsrichterinnen und Trainerinnen.

- Zahlen und Fakten zu aktuellen Projekten des ÖTV und der ITF
- Unterstützungsmaßnahmen
- Gemeinsamkeiten und Unterschiede
- Zukunftsaussichten

Schiedsrichterdasein in einer Männerdomäne

Marina Zechner

10.00–11.30 Uhr

In diesem Vortrag werden Schiedsrichterinnen und Trainerinnen auf den Werdegang von Spielerin zu Schiedsrichterin angeleitet.

- Wie schafft man einen Übergang von Spielerin zu Schiedsrichterin?
- Was sind die Herausforderungen in der Männerdomäne Fußball?
- Welche Vorbildwirkung hat man auf andere Frauen?
- Wie bringt man Muttersein und den Beruf unter einen Hut?

Workshop

Petra Russegger, MBA

12.00–15.30 Uhr

Die Rolle als Schiedsrichterin und Trainerin. Wir arbeiten in Kleingruppen mit anschließenden Analysen und Abschlussgesprächen.

- Grundverständnis und Rollenerwartung
- Aufgaben und Funktionen in unseren Tätigkeiten



REFERENTEN

Petra Russegger, MBA



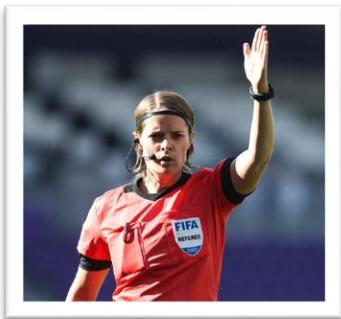
- ÖTV-Mentorin für Trainerinnen
- Ausbildungsreferentin im ÖTV
- Ehemalige Spielerin (WTA 259)
- Tennistrainerin
- Dipl. Mentaltrainerin
- Touring Coach der ITF / Grand Slam Development Programm

Philipp Wessely, MSc



Philipp Wessely MSc ist seit mehr als 15 Jahren im Leistungssport als Trainer aktiv und arbeitet mittlerweile als Konditionstrainer beim Österreichischen Tennisverband. Er konnte im Zuge unterschiedlicher Sportarten (Leichtathletik, Sprint und Ausdauer, Golf, Ballett, Fußball etc.) Erfahrungen hinsichtlich zyklusbasiertem Training sammeln. Im Rahmen seiner Tätigkeit beim ÖTV ist er für die Entwicklung der sportwissenschaftlichen Strukturen innerhalb des ÖTV verantwortlich und steuert auch die physische Entwicklung/Betreuung diverser Spitzenspieler:innen im Leistungszentrum Südstadt.

Marina Zechner



- Fußballschiedsrichterin
- FIFA-Schiedsrichterin
- SFV-Verdienstzeichen des SFV-SR-Kollegiums in Silber

Susanne Neuhäuser



Geboren 1971 in Wien, Mutter von zwei Teenagern, ist seit mehr als 25 Jahren auf nationaler Ebene als Bahnsport-Schiedsrichterin tätig und war 2002-2022 Schiedsrichterin auf internationaler Ebene bei Weltmeisterschaftsläufen (FIM). Als Vizevorsitzende der Bahnsportkommission in Europa (FIME) ist sie seit 2010 auch als Jurypräsidentin bei Bahnsportveranstaltungen im Einsatz. Von 2006 bis 2022 war sie ebenfalls in der FIM in der Kommission für Frauen im Motorsport (CFM) Mitglied/Gründungsmitglied, ihre Projekte waren unter anderem „Volunteers“ und „FIMFuturestars“, wo sie einige Weiterbildungen und Informationsveranstaltungen durchgeführt und an Kongressen für Frauen im Motorsport teilgenommen hat. Als erste Frau wurde Susanne Neuhäuser 2009 ins Präsidium der AMF (Austria Motorsport Federation) gewählt und ist seit 2014 Vorsitzende der Bahnsportkommission in Österreich. Beruflich ist Susanne seit August 2009 beim ÖAMTC im Christophorus-Flugrettungsverein im Bereich Training and Learning beschäftigt.