

EXPERTEN TEAM

Individuelle Beratung
direkt im Verein und Verband

Durch Klicken auf ein Thema erscheint eine Übersicht aller Angebote.

THEMEN

[SPORTENTWICKLUNG & ORGANISATION](#)

[FINANZEN & RECHT](#)

[KOMMUNIKATION](#)

[TRAININGSQUALITÄT & UMFELD](#)



SPORTENTWICKLUNG & ORGANISATION

SPORTENTWICKLUNG

Optimierte Wettkampforganisation –
Best Practices aus 25 Jahren Erfahrung

Safeguarding im Sport – Schutz und Vertrauen im Verein

Vereinsübergreifende Nachwuchsförderung aufbauen

Leistungssportkonzept und Kooperationen mit Schweizer Sportverbänden

ORGANISATION

Vereinsentwicklung: Gemeinsam Strategie, Strukturen
und Prozesse gestalten

Projekt- und Evententwicklung

Funktionen und Strukturen zukunftsfähig gestalten

Freiwillige Finden und Binden

Helfereinsatz.ch: Freiwillige zeitsparend organisieren

Software zur Vereinsverwaltung

Zukunftssichere Vereine: Digitale Strategie für produktivere Prozesse
und unkomplizierte Organisation

Events mit digitalem Tool organisieren



OPTIMIERTE WETTKAMPF- ORGANISATION - BEST PRACTICES AUS 25 JAHREN ERFAHRUNG

Andrea Schneider

✉ sam@sams-empowerment.com

⊕ UEFA Venue Director

⊕ SBVH Schweiz. Berufsverband für Hypnosetherapie

⊕ SAM's Empowerment

Eine gute Organisation entscheidet über Erfolg oder Chaos – egal ob lokales Turnier oder internationale Meisterschaft. Bei unserem Austausch erhältst du praxisnahes Wissen aus über 25 Jahren Funktionärstätigkeit.

Mögliche Inhalte:

- Planung & Vorbereitung – klare Strukturen, effiziente Abläufe.
- Rollen & Verantwortlichkeiten – wer macht was, wann und wie.
- Kommunikation & Teamwork – reibungslose Zusammenarbeit vor, während und nach dem Wettkampf.
- Best Practices – erprobte Methoden und echte Insider-Tipps.
- Fehler vermeiden – typische Stolperfallen und wie man sie umgeht.

Du gehst mit einem praxiserprobten Werkzeugkasten nach Hause, mit dem du jeden Wettkampf effizient, stressfrei und erfolgreich organisieren kannst.

Zielgruppe

Angebot für Leiter*innen,
Trainer*innen im Breiten- und Nachwuchsbereich
Funktionäre



SAFEGUARDING IM SPORT - SCHUTZ UND VERTRAUEN IM VEREIN

Dr. Tina E. L. Dyck

✉ info@tinadyck.ch

Mitglied Swiss Olympic Medical Team, Bad Ragaz
Mentaltrainerin SASP
IOC Safeguarding Officer in Sport

Ein sicheres und respektvolles Umfeld ist die Grundlage für sportliche Entwicklung. Das LOC lebt eine Null-Toleranz-Linie gegen jede Form der Gewalt und unterstützt Vereine und Verbände dabei, Schutzkonzepte zu etablieren und eine Kultur der Achtsamkeit und Verantwortung zu fördern – für einen verantwortungsvollen und fairen Sport.

Inhalte:

- Einführung in Safeguarding und Prävention im Sport
- Entwicklung von individuellen Schutzkonzepten und Meldewegen
- Schulungen für Trainer*innen und Funktionär*innen
- Umgang mit Verdachtsfällen und Case-Management
- TIK Trauma-informierte Kommunikation

Ihr Nutzen:

- Rechtliche und ethische Sicherheit
- Stärkung des Vertrauens
- Nachhaltige Strukturen für ein gesundes und sicheres Trainingsumfeld

Zielgruppe

Trainer*innen

Vereins- und Verbandsleitungen

Funktionäre



VEREINSÜBERGREIFENDE NACH- WUCHSFÖRDERUNG AUFBAUEN

Tanja Ospelt

✉ tanja_egon@yahoo.de

Betreuung von Athlet*innen

Organisation von Wettkämpfen und Kampfrichterin

Stärken im Projektmanagement

Ein sicheres und respektvolles Umfeld ist die Grundlage für sportliche Entwicklung. Das LOC lebt eine Null-Toleranz-Linie gegen jede Form der Gewalt und unterstützt Vereine und Verbände dabei, Schutzkonzepte zu etablieren und eine Kultur der Achtsamkeit und Verantwortung zu fördern – für einen verantwortungsvollen und fairen Sport.

Inhalte:

- Einführung in Safeguarding und Prävention im Sport
- Entwicklung von individuellen Schutzkonzepten und Meldewegen
- Schulungen für Trainer*innen und Funktionär*innen
- Umgang mit Verdachtsfällen und Case-Management
- TIK Trauma-informierte Kommunikation

Ihr Nutzen:

- Rechtliche und ethische Sicherheit
- Stärkung des Vertrauens
- Nachhaltige Strukturen für ein gesundes und sicheres Trainingsumfeld

Zielgruppe

Trainer*innen

Vereins- und Verbandsleitungen

Funktionäre



LEISTUNGSSPORTKONZEPT UND KOOPERATIONEN MIT SCHWEIZER SPORTVERBÄNDEN

Martin Püntener

✉ martinpuentener@bluewin.ch

Leistungssportverantwortlicher Liechtensteiner
Radfahrerverband
Mitglied LOC Leistungssportausschuss

Euer Verband möchte sich systematisch mit einer Optimierung von Leistungssport-Themen auseinandersetzen? Ich gebe euch gerne eine Einführung und berate euch in den Bereichen:

- Prinzip des Athletenweges und des Leistungssportkonzeptes
- Erarbeitung eines Leistungssportkonzeptes (Konzept, Inhalt und Struktur, Schwerpunkte, Guidelines und Informationsbeschaffung)
- Kooperation mit Schweizer Sportverbänden im Bereich Leistungssport.

Zielgruppe

Leistungssport-orientierte Coaches
Funktionäre



VEREINSENTWICKLUNG: GEMEINSAM STRATEGIE, STRUKTUREN UND PROZESSE GESTALTEN

Juliane Marold

✉ juliane.marold@icloud.com

Liechtensteinische Landesverwaltung

Lehrauftrag: Universität St. Gallen

Diverse Referenten- und Trainertätigkeit

Ehrenamt: FC BW Feldkirch

Wir erarbeiten gemeinsam ein klares Zukunftsbild, prüfen die bisherigen Leitlinien des Vereins und definieren Handlungsfelder. Traditionelle Werte und die Identität des Vereins werden als Fundament bewahrt und weitergetragen. Aktuelle Herausforderungen werden thematisiert und Auswirkungen abgeleitet. Wir betrachten die bestehende Vereinsorganisation und klären Zuständigkeiten, Kommunikationswege und Entscheidungsprozesse. Wir gehen typische Abläufe durch, z. B. Mitgliedergewinnung. Ziel ist es, diese zu verschlanken und gleichzeitig die Verlässlichkeit zu sichern.

Nutzen:

- **Stärkung der Handlungsfähigkeit:** Klarheit über Ziele, Rollen und Abläufe gibt Sicherheit im Alltag.
- **Nachhaltige Entlastung:** Gut strukturierte Prozesse sparen Energie.
- **Konkrete Ergebnisse:** Am Ende jeder Einheit liegen sichtbare Arbeitsergebnisse vor – sei es ein Strategie-Canvas, ein Organigramm oder Prozessdarstellungen.

Zielgruppe

Funktionäre



PROJEKT- UND EVENTENTWICKLUNG

Martin J. Matt

✉ m.matt@mjm.cc

🌐 Marketing- und Live Communications Agentur [mjm.cc](#) AG

🌐 [martin.j.matt](#)

Ich unterstütze Vorstände und Funktionäre bei den ersten Schritten sowie bei der Optimierung von Events, Fundraising und Projekten. Die strategische Positionierung eures Vereins/Verbands wird geschärft, um Vorhaben konzeptionell zu entwickeln. Gemeinsam erarbeiten wir klare Botschaften zu Zielen, Werten und gesellschaftlichen Beiträgen – insbesondere in den Bereichen Nachhaltigkeit, Projektentwicklung und Events. Weiters kann es darum gehen wie z.B. Mitglieder, Stakeholder und die Öffentlichkeit durch partizipative Ansätze einbezogen werden können.

Zielgruppe

Funktionäre



FUNKTIONEN UND STRUKTUREN ZUKUNFTSFÄHIG GESTALTEN

Andrea Spieth

✉ andrea.spieth@trigon.at

⊕ Trigon Entwicklungsberatung

in [andrea spieth](#)

📷 [andrea.spieth](#)

Gemeinsam erörtern wir Anpassungsmöglichkeiten hin zu einer attraktiveren Struktur. In einem Erstgespräch entscheiden wir, ob ein Workshop für einen erweiterten Personenkreis das richtige Format ist oder eine Besprechung im kleinen Kreis. Ziel ist es zu lernen, wie Vereinsstrukturen und -funktionen flexibler gestaltet werden können – ohne die Stabilität und Verlässlichkeit des Vereins zu gefährden.

Die Teilnehmenden

- bekommen Inputs zur Flexibilisierung von Strukturen und Funktionen
- reflektieren ihre eigene Vereinssituation anhand konkreter Beispiele
- erkennen Ansatzpunkte für konkrete Veränderungen

Inhalte:

- Impulse: Welche Trends und Herausforderungen prägen das Ehrenamt?
- Reflexionsfragen: Wo sind unsere Strukturen stabilisierend, wo hinderlich?
- Handlungsoptionen: Konkrete Ansätze, wie Aufgaben im Verein flexibler verteilt und attraktiver gestaltet werden können.
- Beispiele aus der Praxis

Zielgruppe

Funktionäre



FREIWILLIGE FINDEN UND BINDEN

Petra Klingler

✉ petra.klingler@olympic.li

⊕ Liechtenstein Olympic Committee,
Kommunikation und Breitensport

⊕ petraklingler.com

Ehrenamtliche und Freiwillige können mit gezielten Massnahmen besser motiviert werden. Das bewährte [LOC-Projekt Freiwillige Finden und Binden/#zemma gwinna](#) und ich unterstützen dabei gerne.

Wir bieten einen Quick-Check mit dem Schwerpunktthema „Freiwillige im Verein“ an – dieser soll als Grundlage für das Beratungsgespräch dienen. Am Gespräch werden Massnahmen diskutiert und festgelegt, welche die Vereine/Verbände angehen wollen. Dann geht es an die Umsetzung. Und bei erfolgreicher Einführung von Massnahmen und Umsetzung von Tools winkt ein Unterstützungsbeitrag von CHF 1'000 in die Vereinskasse!

Zielgruppe

Funktionäre



HELFEEREINSATZ.CH: FREIWILLIGE ZEITSPAREND ORGANISIEREN

Marc Geiger

✉ marc@appagic.com

⊕ Hofmänner New Media / APPAGIC

in [appagic](#)

📷 [appagic](#)

Mit Helfereinsatz entlastet ihr die Personalverantwortlichen eurer Events in der Koordination der Helfenden. Ich zeige euch, wie ihr das Tool optimal auf eure Bedürfnisse angepasst aufbaut und nutzt, damit eure Verantwortlichen weniger Aufwand haben und das Know-How für künftige Events gespeichert wird.

Unter folgendem Link könnt ihr euch das in Liechtenstein mehrfach genutzte Tool ansehen: www.helfereinsatz.ch

Das LOC hat von mehreren Vereinen die Rückmeldung erhalten, dass es bei wiederkehrenden Events sehr hilfreich und zeitsparend sein kann.

Zielgruppe

Angebot für Leiter*innen,
Trainer*innen im Breiten- und Nachwuchsbereich
Funktionäre



SOFTWARE ZUR VEREINSVERWALTUNG

Manfred Entner

✉ manfred.entner@olympic.li

⊕ Liechtenstein Olympic Committee

Viele Jahre Vereinerfahrung

Studium Sportwissenschaften

Du möchtest die Vereinsverwaltung digitalisieren? Wir geben dir gerne einen Überblick und begleiten dich persönlich und individuell bei deinen ersten Schritte . In einem Vorgespräch gebe ich einen Überblick über bewährte Software-Lösungen, die bereits erfolgreich in Liechtenstein eingesetzt werden. Alle Systeme bieten zumindest:

- Mitgliederverwaltung (Datenbank, automatisierte Beitragsabrechnung)
- Buchhaltung (Rechnungsstellung, Zahlungsverfolgung)
- Cloud-Dienste (Dokumentenablage, Zugriffsrechte)
- E-Mail-Kommunikation (Newsletter, Erinnerungen, personalisierte Nachrichten)

Nach dem Überblick kannst du einen LOC-Experten für eine persönliche Begleitung anfragen. Diese Person kann dir die finalen Fragen zum Tool beantworten und bei den ersten Schritten der Einführung behilflich sein.

Zu den folgenden Vereinsverwaltungsprogrammen kann ich euch Kontakte von Nutzer*innen aus Liechtenstein vermitteln: Webling, Fairgate, Clubdesk.

Zielgruppe

Funktionäre



ZUKUNFTSSICHERE VEREINE: DIGITALE STRATEGIE FÜR PRODUKTIVERE PROZESSE UND UNKOMPLIZIERTE ORGANISATION

Rubén Saiz

✉ ruben@rsconsulting.li

⊕ Vorstandsmitglied Verein TalentX

⊕ Verwaltungsratsmitglied MTF Solutions AG

⊕ Gründer RS Consulting Anstalt

Mein Ziel ist es, ehrenamtlich Engagierte nachhaltig zu entlasten. Dies erreichen wir durch die Entwicklung einer pragmatischen Digitalisierungs-Roadmap, die zu kürzeren Wegen und einer spürbar besseren Organisation führt.

Der Fokus liegt dabei auf:

- Gesteigerte Produktivität: Durch den Einsatz passender Tools eliminieren wir zeitraubende Arbeiten und steigern die Leistung.
- Unkomplizierte Prozesse: Wir machen das Management komplexer Aufgaben einfacher und schaffen kurze, klare Wege für alle Beteiligten.
- Optimierte Strukturen: Wir analysieren die Lage und empfehlen entsprechende digitale Tools. Dies erhöht die Attraktivität des Engagements, da die Aufgaben einfacher erledigt werden können.

Das Ergebnis ist eine zukunftssichere Organisation mit effizienten Abläufen, die ihre knappen Ressourcen (Zeit, Personal) optimal nutzt und sich auf ihre Kernaufgaben konzentrieren kann.

Zielgruppe

Funktionäre



EVENTS MIT DIGITALEM TOOL ORGANISIEREN

Marc Geiger

✉ marc@appagic.com

⊕ Hofmänner New Media / APPAGIC

in [appagic](#)

📷 [appagic](#)

Mit EVAGIC entlastet ihr die Eventverantwortlichen. Ich zeige euch, wie ihr das Tool optimal auf eure Bedürfnisse angepasst aufbaut und nutzt, damit eure Verantwortlichen weniger Aufwand haben und das Know-How für künftige Events/Verantwortliche gespeichert wird.

Mit folgendem Link könnt ihr euch das Tool mal ansehen:

www.evagic.com

Zielgruppe

Funktionäre



FINANZEN & RECHT

FINANZEN

Vereinsbuchhaltung: Sparringpartner für alle Fragen oder Probleme rund um die Buchhaltung

Fundraising: Stiftungen - Spenden - Kommunikation

Sponsoringkonzepte für Verbände und Vereine: modern, alternativ

Förderungen und Dienstleistungen: Angebote in Liechtenstein

RECHT

Vereinsrecht: Grundlageninformation und Falldiskussion



VEREINSBUCHHALTUNG: SPARRING-PARTNER FÜR ALLE FRAGEN ODER PROBLEME RUND UM DIE BUCHHALTUNG

Patrick Lenherr

✉ patrick.lenherr@li.gt.com

Partner und Head of Accounting, Outsourcing
bei der Grant Thornton Advisory AG
Chef Finanzen beim Liechtensteiner Skiverband
Kassier beim Skiclub Grabs

Die Buchhaltung ist für die meisten Leute ein notwendiges Übel. Damit dies aber nicht gar so übel wird, unterstütze ich bei allen Fragen rund um die Buchhaltung. Seien dies Fragen zu Buchungen, Abgrenzungen, Abschlussgestaltung und -Erstellung, Kontoplan aufsetzen etc.

Auch bin ich Experte in allen Bereichen der Lohnbuchhaltung mit den dazugehörigen Sozialversicherungen etc. und unterstütze auch hier.

Gerne helfe ich auch mit bei der Evaluation und/oder Tipps zur Aufsetzung einer geeigneten Software.

Zielgruppe

Kassier und Verantwortliche Finanzen
Rechnungswesen im Sportverein oder -Verband



FUNDRAISING: STIFTUNGEN - SPENDEN - KOMMUNIKATION

Carola Büchel

✉ carola.buechel@pluspunkt.li

⊕ [pluspunkt](#)

Ich unterstütze gemeinnützige Vereine und Verbände bei Fundraising und Kommunikation. Im Angebotsrahmen können wir zum Beispiel Unterlagen wie Spendenbriefe, Jahresberichte oder Förderanträge analysieren und optimieren oder wir erarbeiten erste Schritte für eine Strategie für Sichtbarkeit und Mittelbeschaffung.

Dein Nutzen:

- Qualitätssteigerung eurer Unterlagen und Kommunikation
- Klarheit in Prozessen und Strategien
- Konkrete Anregungen und Ideen für nächste Schritte im Fundraising

Zielgruppe

Verbands- und Vereinsführung

Verantwortliche Finanzen & Kommunikation



SPONSORINGKONZEPTE FÜR VERBÄNDE UND VEREINE: MODERN, ALTERNATIV

Robert Büchel

✉ robert.buechel@s2e-ag.com

⊕ Geschäftsleitung Bergbahnen Malbun AG
VR-Präsident s2e Consulting AG

in [robert büchel](#)

Sponsoring ist eine wichtige Einnahmequelle. Vereine haben unterschiedliche Voraussetzungen um mittels Sponsoring Gelder zu generieren. Welche Chancen gibt es für Vereine? Was können Vereine ihren Sponsoren anbieten? Wo findet man die passenden Sponsoren und wie spricht man diese an? Es gibt kein Patentrezept. Das Coaching unterstützt die Verantwortlichen der Vereine dabei ein massgeschneidertes Konzept zu erstellen.

Zielgruppe

Funktionäre



FÖRDERUNGEN UND DIENSTLEISTUNGEN: ANGEBOTE IN LIECHTENSTEIN

Manfred Entner

✉ manfred.entner@olympic.li

⊕ Liechtenstein Olympic Committee

Viele Jahre Vereinerfahrung

Studium Sportwissenschaften

Du möchtest den Verein weiterbringen? Es gibt einige Förderungen, Dienstleistungen und Programme zu unterschiedlichen Bereichen des Vereins- und Verbandsmanagements in Liechtenstein. Bei einem unverbindlichen Gespräch kann das passende Angebot für euch gefunden werden und ich unterstütze bei den ersten Schritten der Umsetzung.

Dies kann folgende Bereiche betreffen:

- Finanzielle Förderung
- Vereinsstrategie und Massnahmen entwickeln
- Ehrenamtliche und Freiwillige finden und binden
- Materialverleih
- Digitale Tools im Vereinsmanagement

Gerne kannst du dich auch bezüglich anderen Themen melden!

Zielgruppe

Funktionäre



VEREINSRECHT: GRUNDLAGEN- INFORMATION UND FALLDISKUSSION

Michael Ritter

✉ michael.ritter@ritterschierscher.li

Ⓜ Ritter Schierscher Rechtsanwälte AG, Vaduz

Ich fungiere als Ansprechpartner in Rechtsfragen, vor allem des Vereinsrechts. Geht es um rechtliche Grundlageninformation was euren Verein betrifft oder eine Falldiskussion zu einem Anliegen im Vereinsrecht, so freue ich mich auf deine Kontaktaufnahme. Sofern passend, bitte ich um eine kurze Schilderung des Anliegens, damit wir rasch klären können ob dieses Anliegen im Zuge des LOC Experten Team Projektes bearbeitet werden kann.

Zielgruppe

Funktionäre

Das Angebot kann ausschliesslich von LOC Mitgliedern in Anspruch genommen werden.



KOMMUNIKATION

- Mediale Unterstützung –
- Sichtbarkeit und Reichweite für Vereine und Sportprojekte
- Kommunikation und Problemlösung
- Social Media optimieren
- Protokollführung und Aktennotizen: effizient und freudvoll
- Sitzungen effizient planen und gestalten



MEDIALE UNTERSTÜTZUNG - SICHTBARKEIT UND REICHWEITE FÜR VEREINE UND SPORTPROJEKTE

Fabrizio Bühler

✉ fbuehler@medienhaus.li

Liechtensteiner Vaterland (Sportredaktion)

Als Sportredakteur biete ich Medien-Sessions vor Ort an – du entscheidest, ob wir an einem konkreten Projekt, der Zusammenarbeit mehrerer Vereine oder der Optimierung der Kommunikation arbeiten. Ziel ist nicht nur mehr Medienpräsenz, sondern auch die praktische Umsetzbarkeit.

Was dich erwartet:

- Strategien zur Sichtbarkeit von Projekten entwickeln
- Inhalte leicht verständlich und leserfreundlich aufbereiten
- Feedback zu journalistisch interessanten Themen
- Empfehlungen für effektive Medienarbeit im Verein

Darüber hinaus:

- Direkt publizierbare Inhalte
- Professionelle Aufbereitung von Erfolgsgeschichten
- Aufbau wiederverwendbarer Kommunikationsformate
- Praktische Tools und Templates
- Optimierung der Aussendarstellung

Zielgruppe

Funktionäre



KOMMUNIKATION UND PROBLEMLÖSUNG

Jost Konrad

✉ jost.konrad@powersurf.li

⊕ Hanno Konrad Anstalt in Schaan

⊕ Vorstandsmitglied Verein für Mediation Liechtenstein

Steht euer Verband vor kommunikativen Herausforderungen? Gemeinsam entwickeln wir tragfähige Lösungen, um mögliche Reibungen gering zu halten.

Hilfe bei kommunikativen Fragen im Verein und Vorstand. Mit Hilfe von kommunikativen Methoden und Ansätzen können Missverständnisse und ähnliches bei der internen oder externen Kommunikation vermieden werden. Sie sparen Zeit und können sich auf Ihre weiteren Aufgaben konzentrieren.

Lösung von komplizierten Fragestellungen im Verein, Vorstand oder Team. In einer Gruppe treten oft Fragen oder Herausforderungen auf, die Sie alleine nicht lösen können. Mit systematischen Ansätzen werden Sie zu einer Lösung geführt, was heisst, dass Sie mit etwas Hilfe eine auf Sie zugeschnittene Lösung selbst erarbeiten.

Zielgruppe

Angebot für Leiter*innen,
Trainer*innen im Breiten- und Nachwuchsbereich
Funktionäre



SOCIAL MEDIA OPTIMIEREN

Finlay Sky Davey

✉ finlay@evolve-media.li

Co-Geschäftsleiter EVOLVE GmbH
Präsident und Social Media Verantwortlicher
Liechtenstein Rugby Union

Ich gehe auf eure individuellen Anliegen im Bereich Social Media ein und wir erarbeiten gemeinsam, welche Massnahmen am passendsten sind. Dabei kann es sich um Themen wie Social Media Strategie, Content-Planung, Content-Erstellung, nachhaltige Content-Strategien, Community-Management, Posting, nützliche Tools oder einfach um Tipps und Tricks handeln. Gerne kannst du mir gleich bei der Kontaktaufnahme mitteilen, wo eure grössten Hürden liegen. Somit kann ich mich entsprechend vorbereiten.

Zielgruppe

Funktionäre

Social-Media Verantwortliche



PROTOKOLLFÜHRUNG UND AKTEN- NOTIZEN: EFFIZIENT UND FREUDVOLL

Markus Stähli

✉ info@stahli-serv.ch

🌐 www.stahli-serv.ch

🌐 www.scribivo.ch

Besser protokollieren im Verein/Verband - kurz, sachlich und verständlich. Gerne tausche ich mich mit interessierten Schriftführer*innen, Präsident*innen, Leiter*innen Kommissionen, Ressortchef*innen etc. aus, damit wir eure aktuellen Protokolle/Aktennotizen ansehen.

Darauf aufbauend können wir gemeinsam Optimierungen erarbeite und ich zeige auf wie Vorlagen gut genutzt werden. Auch kann ich Einblicke in die theoretischen Grundlagen und Voraussetzungen der Protokollierung geben.

Nutzen:

Zeitersparnis, Kennenlernen von Aufnahme- und Arbeitstechniken, Praxistipps, Vorlagen für Protokoll, Pendenzenliste und Registratur/ Archivierung

Zielgruppe

Funktionäre



SITZUNGEN EFFIZIENT PLANEN UND GESTALTEN

Markus Stähli

✉ info@stahli-serv.ch

🌐 www.stahli-serv.ch

🌐 www.scribivo.ch

Sitzungen beginnen immer schon im Vorhinein, wenn es um die Planung, Strukturierung und Vorbereitung geht. Auch bei der Umsetzung kann einiges getan werden, um freudvoller in der gewünschten Zeit zu den passenden Ergebnissen zu kommen.

Gerne tausche ich mich mit interessierten Präsident*innen, Leiter*innen Kommissionen, Ressortchef*innen etc. aus, damit wir eure aktuelle Sitzungsstruktur und -umsetzung ansehen. Folglich unterstütze ich bei den wirksamsten Optimierungen und zum Beispiel bei der Anpassung von Vorlagen.

Nutzen:

Strukturierter Sitzungsablauf, Zeitersparnis, div. Vorlagen, Hilfsmittel etc.

Zielgruppe

Funktionäre



TRAININGSQUALITÄT & UMFELD

Mentaltraining für Teams und Gruppen – Stärke im Sport

Mentorin: Polysport mit System

Mentor: Vereinstennis im Jugend und Erwachsenenbereich

Athletiktraining Supervision

Ernährung für Kinder & Jugendliche im Nachwuchs- und Leistungssport



MENTALTRAINING FÜR TEAMS UND GRUPPEN – STÄRKE IM SPORT

Dr. Tina E. L. Dyck

✉ info@tinadyck.ch

Mitglied Swiss Olympic Medical Team, Bad Ragaz
Mentaltrainerin SASP
IOC Safeguarding Officer in Sport

Mentale Stärke entscheidet über Leistung, Wohlbefinden und Entwicklung. In Workshops für Teams und Gruppen lernen Athlet*innen und Trainer*innen Fokus, Selbstvertrauen und Resilienz zu stärken – für mehr Erfolg und mentale Gesundheit im Wettkampf und Alltag.

Inhalte:

- Grundlagen des Mentaltrainings im Sport / Umgang mit Druck, Nervosität und Rückschlägen
- Mentale Vorbereitung auf Wettkämpfe und Prüfungen / realistische Zielsetzung und Umsetzung
- Neueste Erkenntnisse aus der Sportpsychologie und Gehirnforschung
- Achtsamkeit und Erholung im Trainingsalltag

Nutzen:

- Erhöhte Konzentration und Belastbarkeit unter Druck
- Praxisnahe Tools zur Selbstkontrolle und Leistungssteigerung
- Nachhaltige, selbstständige Förderung der mentalen Gesundheit

Zielgruppe

Trainer*innen

Vereins- und Verbandsleitungen

Funktionäre



MENTORIN: POLYSPORT MIT SYSTEM

Isabel Rest

✉ isa@laisapolysport.ch

🌐 www.laisapolysport.ch

🌐 www.btvchurpolysport.ch

Ich biete eine individuelle Begleitung in deinem Training an. Egal ob es um den Aufbau einer Bewegungsaufgabe oder um didaktische Aspekte geht – als Leitungsperson bestimmst du den Fokus des Mentorings nach deinen persönlichen Bedürfnissen. Meist erfolgt dies durch ein telefonisches Vorgespräch, einem Austausch zu theoretischen Grundlagen, einer Supervision bei der praktischen Umsetzung und einer individuellen Nachbesprechung vor Ort.

Ich handle auf Basis des Konzepts Lalsa Polysport. Dies ist eine neue Denkweise in der Vermittlung von Sport in Schule und Verein: Eigene Rituale, eigene Werte, eigenes System, Zeitersparnis, Qualitätssteigerung, positives Vermitteln von Werten, individuelles fördern der Leistungsmöglichkeit und der Einbezug von sozialen Kompetenzen sind dabei die Spezialgebiete.

Zielgruppe

Angebot für Leiter*innen,
Trainer*innen im Breiten- und Nachwuchsbereich
Funktionäre



MENTOR: VEREINSTENNIS IM JUGEND UND ERWACHSENENBEREICH

Josef Bauer

✉ josef.bauer@tcschaan.li

⊕ Josef Bauer Anstalt

📍 tcschaan

Ich biete eine individuelle Begleitung in deinem Tennis-Training an. Egal ob es um den Aufbau einer Bewegungsaufgabe, um taktische Unklarheiten oder um didaktische Aspekte geht –als Leiterperson bestimmst du den Fokus des Mentorings nach deinen persönlichen Bedürfnissen und profitierst von einer individuellen Betreuung durch eine kompetente Fachperson.

Meist erfolgt dies durch ein telefonisches Vorgespräch, einem Austausch zu theoretischen Grundlagen, einer Supervision bei der praktischen Umsetzung und einer individuellen Nachbesprechung vor Ort.

Zielgruppe

Angebot für Leiter*innen,
Trainer*innen im Breiten- und Nachwuchsbereich



ATHLETIKTRAINING SUPERVISION

Stefan Gesslbauer

✉ stefan.gesslbauer@olympic.li

⊕ Liechtenstein Olympic Committee
Sportwissenschaftler und Athletiktrainer

Ich biete Supervisionen für Verbände und Vereine im Bereich Athletiktraining an. Meine Schwerpunkte umfassen Krafttraining, Rumpfstabilität, Schnelligkeit, Sprungkraft und Koordination.

Zudem unterstütze ich bei der Trainingsplanung und -beratung und berate bei der Geräteauswahl für Athletikräume. Die Inhalte werden individuell auf die Bedürfnisse und Ziele der Gruppe oder des Einzelnen abgestimmt, um eine optimale und zielgerichtete Förderung zu gewährleisten.

Zielgruppe

Leistungssport-orientierte Coaches



ERNÄHRUNG FÜR KINDER & JUGENDLICHE IM NACHWUCHS- UND LEISTUNGSSPORT

Andrea Schneider

✉ sam@sams-empowerment.com

⊕ UEFA Venue Director

⊕ SBVH Schweiz. Berufsverband für Hypnosetherapie

⊕ SAM's Empowerment

Eine optimale Ernährung ist die Basis für Leistung, Gesundheit und Entwicklung. Gerne erarbeite ich gemeinsam mit euch einen Weg, wie das Thema Ernährung in euren Verband/Verein wirksam integriert werden kann. Auch können wir einen praxisnahen Workshop für Funktionäre, Trainier*innen, Eltern umsetzen.

Inhalte:

- Grundlagen kindgerechter Sporternährung – was der Körper in Wachstum und Training braucht.
- Energie & Nährstoffe – richtige Balance für Training, Wettkampf und Regeneration.
- Säure-Basen-Haushalt – warum er für Leistungsfähigkeit, Regeneration und Verletzungsprophylaxe so wichtig ist.
- Praxis-Tipps – einfache Mahlzeiten und Snacks für Schule, Training, Turniere.
- Do's & Don'ts – häufige Fehler vermeiden.
- Eltern & Trainer als Partner – wie das Umfeld unterstützen kann.

Zielgruppe

Leiter*innen, Trainer*innen im Breiten- und Nachwuchsbereich
Funktionäre



Liechtenstein
Olympic Committee

Manfred Entner
Breitensportverantwortlicher
Liechtenstein Olympic Committee
Landstrasse 81
9494 Schaan
Liechtenstein
T +423 / 232 37 57
office@olympic.li
olympic.li