



Leistungssportler*in

Weitere Informationen und Ausbildungsbetriebe unter <https://www.berufeerleben.at/berufe/1818>

Berufsbeschreibung

Leistungssportler*innen üben ihren Sport (z. B. Fußball, Tennis, Schifahren, Schwimmen, Segeln) hauptberuflich aus. Sie trainieren unter hoher körperlicher Belastung und verfolgen das Ziel ihre körperliche Leistung mit anderen Leistungssportler*innen im Wettkampf zu messen. Leistungsdiagnostik, regelmäßiges und oftmaliges Training, kontrollierte Ernährung und sportmedizinische Untersuchungen gehören zum Alltag von Leistungssportler*innen. Außerdem erfordert der Beruf viel Selbstmotivation und Selbstkontrolle, um das nötige Maß an Disziplin und Ausdauer aufbringen zu können.

Leistungssportler*innen sind umgeben von Trainer*innen, Sportlehrer*innen, Sportmanager*innen und Sportwissenschaftler*innen. Sie arbeiten meist für Sportvereine oder -verbände und stehen je nach Bekanntheitsgrad und Erfolg in Kontakt mit Medien und Fans.

Anforderungen

Körperliche Anforderungen:

- Beweglichkeit
- gute körperliche Verfassung
- Kraft
- Sportlichkeit
- Wetterfest
- Fachkompetenz:
- Ernährungskompetenz
- Fremdsprachenkenntnisse

Sozialkompetenz:

- Durchsetzungsvermögen
- Integrationsvermögen
- Kommunikationsfähigkeit
- Kontaktfreude
- Kritikfähigkeit
- Motivationsfähigkeit

Selbstkompetenz:

- Ausdauer / Durchhaltevermögen
- Belastbarkeit / Resilienz

- Beurteilungsvermögen / Entscheidungsfähigkeit
- Bewegungsfreudigkeit
- Flexibilität / Veränderungsbereitschaft
- Gesundheitsbewusstsein
- Selbstbeherrschung
- Selbstmotivation
- Selbstvertrauen / Selbstbewusstsein
- Zielstrebigkeit

Weitere Anforderungen:

- gepflegtes Erscheinungsbild
- Mobilität (wechselnde Arbeitsorte)
- Reisebereitschaft

Methodenkompetenz:

- Koordinationsfähigkeit
- Organisationsfähigkeit
- systematische Arbeitsweise

Tätigkeiten und Aufgaben

- Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Techniken trainieren
- Kraft- und Belastungstests im Rahmen der Leistungsdiagnostik absolvieren
- Vorbereitung auf Ablauf, Strategie und Taktik im Wettkampf
- an Sportwettkämpfen und -wettbewerben teilnehmen
- sportmedizinische und sportmotorische Untersuchungen durchführen lassen
- Ernährungspläne verfolgen
- regelmäßig regenerieren (z. B. Massage, Bad, Sauna, Meditation, etc.)