

1. számú melléklet

A pontrendszer táblázata tájékoztató jellegű, az MHSSZ fenntartja a jogot a pontértékek, minimum pontértékek és maximum pontértékek megváltoztatására!

Fő tevékenység	Tevékenység	Tevékenység leírása	Kredit érték	Éves szinten minimum teljesítendő
Saját (nevelt) versenyzők számára szolgáló tevékenységek. Olyan tanítványokra számolhatók el, akik éves szinten min. 3 szövetségi versenyen indulnak (minimum 80 pont teljesítendő ebben a főcsoportban)	Edzés tartás, csoportos edzésen.	Csoportos versenyfelkészítő edzés tartása, min. 2 órás időtartamban, 4-8 főnek, óránként	2	-
	Edzés tartás, egyéni edzésen.	1-3 versenyző számára, óránként, max. 3óra	1.5	-
	1 hónapos részletes edzésterv írás	Napokra, gyakorlatok szintjén lebontott edzésterv 2-6 fő számára. (Lehet olyan versenyző számára, akivel nincs heti szintű kontakt edzés, hanem csak konzultációs kapcsolat van)	15	-
	Kondicionális szintfelmérő	Az EMCS által összeraktott kondicionális szintfelmérő elvégzése 1-2 fővel, és a felmért adatok megosztása az EMCS-al, éves szinten 3 alkalommal	6	-
	Verseny kíséret hazai vagy nemzetközi (nem IFSC) versenyen	1 versenynapon, 1 tanítvány edzői kísérete, szakmai támogatása, de max. 10 kredit/nap gyűjthető össze	2.5	30
	Napközis edzőtáboroztatás vagy napi mászóesemény szervezése és megtartása	Napközis rendszerben, min. 6 órás edzőtáboroztatás 1 versenyzőre (lehet szikla vagy terem is). Max. 10 kredit/ nap gyűjthető össze	2	-
	Bentlakásos edzőtáboroztatás	Több napos, bentlakásos edzőtáboroztatás, 1 versenyzőre/nap. Max. 10 kredit/nap gyűjthető össze	2.5	-
Szakmai hozzájárulás MK-n vagy válogatott szintű vagy Héraklész eseményeken (minimum 80 pont teljesítendő ebben a főcsoportban)	Válogatott nemzetközi verseny kísérete IFSC versenyen	1 napra, szövetségi szervezésben, költségtérítés mellett	10	30
	Válogatott edzőtábor tartása (csapatban)	1 napra, szövetségi szervezésben, költségtérítés mellett	10	-
	Válogatott összetartás vagy szövetségi verseny főszervezése	- Útépítők szervezése - számlázás, kifizetések intézése - terembérlés szervezése - résztvevők értesítése, kommunikáció	30	-

1. számú melléklet

		- fogás szállítás szervezése - egyéb adminisztráció (rajtlista, eredmény számítás, étel- és eszköz beszerzés) megjegyzés: munka és kreditmegosztás lehetséges		
	Útépités (vagy útépitői asszisztancia) összetartásra vagy szövetségi versenyre	1 napra vonatkozóan (a kredit értéket a nap hossza, nehézsége adja meg, az adott esemény headsettere határozza meg pontosan)	10-15	-
	Bíraskodás versenyen vagy válogatott eseményen	1 óra	1	-
	Biztosítás versenyen vagy válogatott eseményen	1 óra	1	-
	Diagnosztikai való részvétel (első alkalmas sportoló)	1 óra	1.5	-
	Diagnosztikaivaló részvéte (másod vagy többedig alkalmas sportoló)	1 óra	1	-
	Diagnosztikai adatfeldolgozás	30-60p (részletességtől függően)	0.5-1	-
Szakmai projektek (minimum 80 pont teljesítendő ebben a főcsoportban)	Utánpótlással foglalkozó műhelyek feltérképezése	Utánpótlás korú gyerekekkel foglalkozó falak lokációjának összeszedése, tulajdonosuk, valamint a szakmai vezető (jobb esetben edző) email címének és telefonszámának felvitele közös adatbázisának átvétele, aktualizálása, webre való kivezetése, szakmai vezetővel való kapcsolat felvétel, kisebb áttekintés az aktuális munkáról és a terem adottságairól Az összes pontszám a projektben résztvevők között megoszlik, a NEP koordinátor egyeztetett felosztás szerint. Minimum 2 fő végezheti a projektet.	160	2 kötelező projektrészvétel
	Utánpótlás műhelyen workshop megtartása	Vidéki teremben sportágspecifikus továbbképzés szervezése és lebonyolítása helyi versenyzőknek, edzőknek - online meeting a helyi szakmai vezetővel - élő workshop	200	

1. számú melléklet

		- szakmai anyag előkészítése - útépités, edzősködés, és ezek oktatása		
	Egész napos workshop az utánpótlás műhelyek számára	A kredit a teljes eseményre vonatkozik, megszervezésre, edzősködésre, útépitésre, előbbiek oktatására, előadásra, szakmai anyagok összeállítására, előkészítése benne foglaltatik. Az összes pont a projektben résztvevők között megoszlik, a NEP koordinátor vagy a projektvezető elbírálása szerint.	75	
	LTAD megalkotása	A kanadai sportmászó LTAD mintájára, egy kb. 40-50 oldalas dokumentum megalkotása a hazai viszonyokra. Az összes pontszám a projektben résztvevők között megoszlik, a projektvezető felosztása szerint. Minimum 4 fő végezheti a projektet.	160	
	Óraadás a sportedző képzésen	1 előadás órára	4	-
Egyéb szakmai tevékenységek	MET továbbképzés	1 óra, HM által előírt teljesítendő krediten felül	1	-
	Külföldi kurzus elvégzése	Pontszám egyéni elbírálás alapján	-	-
	Bármilyen egyéb szakmai tevékenység elszámolható, egyeztetve a szakágvezetővel/szövetségi kapitánnyal		-	-

*- Edzői Munkacsoport