

SYS-Informationabend

ICEFLOWERS

4. APRIL 2023



RÜCKBLICK

ERFOLG

- **Projekt SYS**
Synchron-Skating Team
Start Saison 2017-2018
Einführungsphase 2 Jahre
- **Fester Bestandteil**
Kampf für SYS-Team
definitive Einführung

STETIGER WANDEL

- **Steigerung von Wettkampf zu Wettkampf**
Bessere Platzierung
anspruchsvollere Programme
1. Ausland-Wettkampf 2023
- **Kompetenz erhöhen**
Höherer Teststand Läufer:innen
Ausbau Trainer-Team



MEHRWERT - ZUSAMMENSPIEL

Einzellauf vs. Synchron-Skating

- ✓ Einzellauf unterstützt Synchron-Skating (und umgekehrt)
→ es braucht beides!
- ✓ Förderung der Skating Skills
- ✓ Förderung Lauf-Tempo / Sicherheit



TECHNICAL GUIDELINES CATEGORIE

STAND SAISON 2022/2023

KATEGORIE	BASIC NOVICE
■ Alter	X – 15 (+2 Ü15)
■ Läufer:innen	12 – 16 + Ersatzläufer:innen
■ Kür-Dauer	3.00 min. +/- 10 sec.
■ Elemente	1 Intersection Element 1 Move Element 1 Linear Element–Line 1 Pivoting Element-Block 1 Travelling Element 1 Artistic Element Circle
■ Teststand	mind. 4. Stern SIS-Kür-Test von Vorteil

TECHNICAL GUIDELINES CATEGORIE

STAND SAISON 2022/2023

KATEGORIE	ADVANCED NOVICE
■ Alter	X – 15
■ Läufer:innen	12 – 16 + Ersatzläufer:innen
■ Kür-Dauer	3.00 min. +/- 10 sec.
■ Elemente	1 Intersection Element 1 Move Element 1 No Hold Element 1 Synchronized Spin Element 1 Travelling Element <i>plus a choice of 1 Element</i> 1 Artistic Element (B, C, L, W)
■ Teststand	(mind. 4. Stern) SIS-Kür-Test (mind. 75% des Teams)

TECHNICAL GUIDELINES CATEGORIE

STAND SAISON 2022/2023

KATEGORIE	ADVANCED NOVICE	BASIC NOVICE
▪ Alter	X – 15	X – 15 (+2 Ü15)
▪ Läufer:innen	12 – 16 + 4 Ersatzläufer:innen	12 – 16 + 4 Ersatzläufer:innen
▪ Kür-Dauer	3.00 min. +/- 10 sec.	3.00 min. +/- 10 sec.
▪ Elemente	1 Intersection Element 1 Move Element 1 No Hold Element 1 Synchronized Spin Element 1 Travelling Element <i>plus a choice of 1 Element</i> 1 Artistic Element (B, C, L, W)	1 Intersection Element 1 Move Element 1 Linear Element–Line 1 Pivoting Element-Block 1 Travelling Element 1 Artistic Element Circle
▪ Teststand	SIS-Kür-Test (mind. 75% des Teams)	SIS-Kür-Test

TRAININGSAUFWAND

BASIC → ADVANCED

- **Eistraining Saison**
 - ca. 24 Wochen
 - mind. 2 Eistrainings pro Woche
 - 1x Thun
 - 1x (*Ort noch offen*)
- **Eistrainings Zwischensaison**
 - ca. 17 Wochen
 - einzelne Trainingstage
 - Trainingsweekends
 - Sommerlager (Club-Lager / SYS-Lager)

TRAININGSAUFWAND

BASIC → ADVANCED

- **Off-Ice**
 - vor dem Eis-Training
 - SYS-Off-Ice (Zwischensaison)
 - mind. 1 Club-Off-Ice (Zwischensaison)
 - *Mittwoch: Beweglichkeit, Dehnen, Rhythmus*
 - Donnerstag: Kondition, Kraft, Sprung-Training
 - Freitag: Fussarbeit, Koordination, Stabilisation

KOSTEN

- **SYS-Teambeitrag**

- Trainer-Lohn
- Eismiete
- Kleider (Jacke, T-Shirts, Kür-Kleider, etc.)
- Koffer

→ **ca. 1'400.00 CHF**

- Rechnungsstellung im August
- Zahlungsziel Ende April



KOSTEN

- **zzgl. Wettkämpfe**
 - 1-2 Auslandswettkämpfe
 - EVBN-Cup Huttwil
 - SwissCup Widnau – Schweizer Meisterschaft
 - Basilea Trophy

- **effektive Abrechnung**
 - Akonto-Rechnung im Dezember
 - Schlussrechnung



KOSTEN

- **Kosten optimieren**
 - J+S Unterstützung
 - kantonale Unterstützung für Auslandswettkämpfe
 - Sponsoring (jeder muss mithelfen)
 - optimalste Bedingungen suchen
 - Eisressourcen
 - Kleider
 - Reise
 - Hotel





SYS-TEAMS SNOWFLAKES

KATEGORIE

MIXED AGE

Alter

all ages



SYS-TEAMS SUNFLOWERS

KATEGORIE

JUVENILE

Alter

X - 13



FRAGEN & AUSTAUSCH



HERZLICHEN DANK!