



Klubheft Saison 2010/11

Herzlichen Dank an unsere Sponsoren!



**Ein Partner für drei
starke Marken**





Ich freue mich sehr, das vorliegende Klubheft für unsere Saison 2010/11 präsentieren zu dürfen. Einleitend mein Jahresrückblick auf unser erstes, vergangenes Vereinsjahr.

Im August vor einem Jahr scheuten wir Vorstandsmitglieder keine Mühe, alles für die Gründung unseres Eisklubs in die Wege zu leiten. In etlichen Vorstandssitzungen galt es Vorstandsaufgaben zu verteilen, das Vereinslogo mit der grossen Unterstützung von Sarah Riedweg zu kreieren, eine eigene, sehr schöne und übersichtliche Homepage zu gestalten (herzlichen Dank an Cornel Jacquemai, für die zahllosen Arbeitsstunden am Computer!), die eigentliche Gründungsversammlung mit dem Gründungsprotokoll durchzuführen, unsere Eislauftrainerin Nadiya Wäfler einzustellen, mit Ruedi Amrein über unsere Eiszeiten zu verhandeln, geeignete Werbetätigkeiten zu planen und auszuführen,...

Die meiste Zeit nahm unser Kerngeschäft, die Planung und

Durchführung der Eislaufkurse, in Anspruch. Nach der Planung der einzelnen Kurse im Vorstand, schrieb Krista Jacquemai vorbildlich alle Kurse aus, nahm mündliche und schriftliche Anmeldungen entgegen, erstellte Kurslisten und informierte alle Kursteilnehmer laufend über die neuesten Änderungen. Nicht nur das, Krista Jacquemai ist das wandelnde Informationsbüro: Bei Fragen zu geeigneten Schuhen und der besten Bekleidung, zu Kurszeiten, zu speziellen Trainings, ... können sich jeweils alle Klubmitglieder an sie wenden und werden stets kompetent beraten. Herzlichen Dank für deinen riesigen Einsatz für den Eisklub Sursee!

Gemeinsam mit Krista Jacquemai führte Anita Brunner in der Vorsaison die erste Börse durch. Das bot den Klubmitgliedern die Gelegenheit, kostengünstig qualitativ gute Eislaufschuhe zu

erwerben. Anita Brunner ist zudem unser J&S-Coach: Alle Jugendliche ab 10 Jahre, welche genügend Lektionen bei uns besuchen, meldet Anita Brunner dem J&S-Amt Luzern. So erhielten wir am Ende der Saison den ersten willkommenen J&S-Beitrag für unsere Clubkasse. Diese Beiträge erhalten wir aber nur, weil wir in allen in Frage kommenden Kursen kompetente J&S-Leiterinnen einsetzen, die sich fortlaufend weiterbilden.

Danken möchte ich auch Margarita Suter, die bereitwillig das Resort Sponsoring übernahm und auf Sponsorensuche ging.

Die fröhlichen Kindergesichter auf dem Eis, die erstaunlich schnellen Fortschritte der Kursteilnehmer und –teilnehmerinnen, die gute Stimmung unter den Kursleiterinnen geben mir als Präsidentin die Bestätigung, dass die vielen Fronstunden innerhalb des Vorstandes gut investiert sind.

Im Folgenden möchte ich einen kurzen Ausblick auf spezielle Anlässe im kommenden Vereinsjahr machen. Ein Höhepunkt wird sicher das

Schaulaufen Ende März sein, welches wir gemeinsam mit dem Eisklub Huttwil durchführen werden. Es wird je eine Aufführung in Sursee und eine in Huttwil geben. Dieses Jahr führten wir bereits einen kleinen Sommerkurs bei uns in Sursee durch. Neu möchten wir unseren Mitgliedern ein Sommerlager in Weinfeldern anbieten. So können sich alle neben dem zusätzlichen Eistraining auch durch das Trockentraining im konditionellen und künstlerischen Bereich verbessern. Gemeinsame Lagerabende und Spezialangebote sollen zu einer guten Kameradschaft beitragen.

Für das kommende Vereinsjahr wünsche ich mir lehrreiche Kurse für unsere Klubmitglieder, eine Zunahme unserer Mitgliederzahl, weiterhin initiative Leiter und Leiterinnen, einen guten Start für die neuen Leiterinnen und Trainer und mehr Eiszeiten! Denn nur so können wir in Zukunft unseren fortgeschrittenen Läuferinnen und Läufern die nötigen Rahmenbedingungen für ein gutes Training bieten. Sobald eine Läuferin oder ein Läufer das

Interbronze-Niveau erreicht hat, muss eine Lizenz beim SEV (Schweizer Eislauf-Verband) gelöst werden. Voraussetzung dafür ist, dass der Klub sowohl dem Regionalverband, als auch dem SEV angehört. Über die Mitgliedschaften bei diesen beiden Verbänden müssen wir uns in der kommenden Saison Gedanken machen. Bis jetzt haben

Ich wünsche allen Klubmitgliedern ein erlebnisreiches, lehrreiches und unfallfreies Vereinsjahr!

Evelyne Balmer, Präsidentin Eisklub Sursee

uns die enormen Beitragskosten davon abgehalten.

Weiterhin hoffe ich auf eine reibungslose Zusammenarbeit mit Damian Sidler (Eishallenrestaurant Timeout), der Eishallengenossenschaft, den Eismeistern und den Surseer Eishockeyclubs und dem Eisstock-Klub.

Kurszeiten Saison 2010/11

Niveau	Wochentag	Zeit	Dauer	Kurs Start	Kurs Ende	Anzahl Termine	Kosten
Eissternli	Donnerstag	16.00 bis 16.45 Uhr	45 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 160.00
Schneeflöckli	Donnerstag	16.45 bis 17.30 Uhr	45 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 160.00
Stern 1	Donnerstag	16.00 bis 16.45 Uhr	45 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 160.00
	Samstag	08.30 bis 09.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 200.00
Der Kurs findet 2 x wöchentlich statt (bei nur 1 x pro Woche Reduktion möglich)							
Stern 1	Donnerstag	16.45 bis 17.30 Uhr	45 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 160.00
	Samstag	08.30 bis 09.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 200.00
Der Kurs findet 2 x wöchentlich statt (bei nur 1 x pro Woche Reduktion möglich)							
Stern 2	Mittwoch	12.30 bis 13.30 Uhr	60 Min.	20.10.2010	06.04.2011	20	SFr. 250.00
	Donnerstag	16.30 bis 17.30 Uhr	60 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 250.00
	Samstag	07.30 bis 08.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 250.00
1, 2, oder 3 x wöchentlich möglich (wir empfehlen mindestens 2 x wöchentlich)							
Stern 3	Mittwoch	12.30 bis 13.30 Uhr	60 Min.	20.10.2010	06.04.2011	20	
	Samstag	07.30 bis 08.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 500.00
Der Kurs findet 2 x wöchentlich statt							
Stern 4	Mittwoch	16.45 bis 17.45 Uhr	60 Min.	20.10.2010	22.12.2010	9	
	Mittwoch	12.30 bis 13.30 Uhr	60 Min.	05.01.2011	06.04.2011	11	SFr. 250.00
	Donnerstag	16.30 bis 17.30 Uhr	60 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 250.00
	Samstag	07.30 bis 08.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 250.00
Der Kurs findet 2 x wöchentlich statt (wir empfehlen 3 x wöchentlich)							
Erwachsene	Samstag	08.30 bis 09.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 285.00
Trocken-training	Mittwoch	18.00 bis 19.00 Uhr	60 Min.	20.10.2010	22.12.2010	9	SFr. 70.00

Kursdefinition

Schneeflöckli:	Anfänger ab Jg. 2005
Eissternli:	Fortgeschrittene Anfänger Jg. 2004
Stern 1:	Anfänger ab Jg. 2003
Stern 2:	Stern-1-Test bestanden
Stern 3:	Stern-2-Test bestanden
Stern 4:	Stern-3-Test bestanden
Erwachsene:	Anfänger bis Fortgeschrittene
Trockentraining:	Offen für alle Niveaus

Info zu den Kursen:

- Während den Weihnachts- und Fasnachtsferien der Stadt Sursee finden keine Kurse statt.
- Am 11.11.2010 finden die Kurse trotz „Gansabhauet“ statt.
- Am 2.12.2010 finden keine Kurse statt.
- Krista Jacquemai informiert laufend über Änderungen bezüglich Kursdaten und Kurszeiten

Wir stellen uns vor:

Klubvorstand

Präsidentin / Technische Leitung

Evelyne Balmer

Rankhof 8

6208 Oberkirch

Tel. 041 920 27 85

evelyne.balmer@eisklub-sursee.ch

weitere Aufgaben:

- Durchführung der Tests

-J&S-Leiterin

-



Vizepräsidentin / Aktuarin

Krista Jacquemai

Rigistrasse 12

6210 Sursee

Tel. 041 921 46 07

krista.jacquemai@eisklub-sursee.ch

weitere Aufgaben:

- Eislaufschule

- Börse

- J&S-Leiterin



Finanzen

Anita Brunner

Centralstrasse 3

6210 Sursee

Tel. 041 921'96'31

anita.brunner@eisklub-sursee.ch

weiter Aufgaben:

- J&S-Coach

- Kinderkursleiterin



J&S-Leiterinnen:

Marianne Dinkel
Rosenstrasse 5
5223 Riniken
Natel 078 837 27 18
marianne.dinkel@eisklub-sursee.ch



Fabienne Bernet
Huttwilerstrasse 2
6153 Ufhusen
Tel. 041 988 17 10
Fabienne-bernet@hotmail.com



Moniteurin:

Annalena Suter
Spittelgass 1
6215 Beromünster
Tel. 041 930 35 44
Annalena.suter@hotmail.com



Trainerin:

Nadiya Wäfler

Raihaltenstrasse 19

8912 Obfelden

Tel. 044 761 54 26

Natel 079 608 66 00

Nadiya.waefler@eisklub-sursee.ch

Dipl. Eislauftrainerin SELV

Mitglied des Schweizer Eislauflehrer-Verband
(SELV)



Testanforderungen Einsteiger

(vereinsinterne Bestimmung der Testanforderungen)

Eissternli

Kleiner Parcours mit folgenden Elementen

- 1) selber absitzen und aufstehen auf dem Eis
- 2) einen Gegenstand vom Eis aufnehmen und in ein weiter entferntes Gefäss legen
- 3) drehen um die eigene Achse (beide Seiten)
- 4) vorwärts laufen können (ohne grosse Gleitphase)
- 5) rückwärts laufen können (ohne grosse Gleitphase)

Schneeflöckli

- 1) bremsen
- 2) Slalom um Verkehrshüte
- 3) vorwärts fahren mit kurzer Gleitphase
- 4) Fischli vorwärts
- 5) Fischli rückwärts
- 6) Päckli

Testanforderungen Fortgeschrittene

Gemäss Schweizer Eislauf-Verband, gültig ab 01. Oktober 2009

1. Stern

1. Vorwärtsfahren, Bremsen
Rückwärtsfahren, Bremsen
2. Vorwärtsfahren und Kniebeuge (Päckli)
beidbeiniges Umkreisen 360° von 2 Pylonen (R und L)
3. Fahren auf einem Bein (Storch) (R und L)
4. Zwei 2-FussSprünge auf Gerader oder ein 2-FussSprung mit
halber Drehung auf Kreis (R und L)
5. Vorwärts übersetzen (R und L)

2. Stern

1. Zwei Chassés gefolgt von einem vorwärtsauswärt Bogen (mind. 3
Sekunden halten),
abwechslungsweise zwei Mal rechts und zwei Mal Links in
Achterform
2. Vorwärtseinwärts Abstoss gefolgt von zwei Mal vorwärts
Übersetzen, dann mind. 3 Sekunden auf der vorwärtseinwärts
Kante halten, zwei Mal Rechts und Links in Achterform
3. Rückwärts übersetzen (R und L)
4. Dreiersprung auf Kreislinie, von einem Bein auf zwei Beine oder
auf ein Bein
5. Flieger vorwärts auf Kreis oder auf Gerade (R und L)

3. Stern

1. Schlangenbogen auswärts-einwärts mit Chasse, in Achterform
2. Dreier vorwärts auswärts mit Chasse, auf Kreis (R und L)
3. Offener Mohawk in Schrittfolge, auf Kreis (R und L)
4. Dreiersprung mit Ein- und Auslauf
5. Standpirouette auf einem Fuss, mind. 3 Drehungen

4.Stern / Stil

1. Übersetzen in Achterform vorwärts
2. Übersetzen in Achterform rückwärts
3. Kreisschritt mit Chasse, Kantenwechsel auswärts-einwärts und Dreier vorwärts-einwärts. Schrittfolge (R und L)
4. Bogen vorwärts auswärts mind. 3 Sek. gehalten, nach 2 - 3x übersetzen
Schrittfolge je 2x (R und L)
5. Flieger vorwärts auswärts und Flieger rückwärts auswärts, in freier Schrittfolge

4. Stern / Kür

1. Salchow
2. Rittberger oder Flip
3. Standpirouette mit Einlauf, 6 Drehungen
(davon mind. 3 ohne Anziehen von Armen und Spielbein)
4. Sitzpirouette, 3 Drehungen in Position
5. Kreisschritt mit vorwärts Dreiern und mind. einem offenen Mohawk
Freie Schrittfolge je 1x R und L

Jahresprogramm

- Eislaufkurse vom 21. Oktober 2010 bis 9. April 2011 (gemäss Ausschreibung)
- Sternlitests: 13. – 16. April 2011 (übliche Kurszeiten)
- Schaulaufen am 26./27. März 2011 in Sursee und Huttwil, gemeinsam mit Eisklub Huttwil
- Sommer-Trainingslager in Weinfeldern (Thurgauer Verbandslager); genaues Datum folgt

Anmeldung Eislaufkurse für Kinder und Erwachsene



Name und Vorname _____ Mädchen Knabe Erwachsene

Geburtsdatum _____

Name der Eltern _____

Adresse _____

Telefon _____

E-Mail _____

Bitte E-Mail regelmässig lesen

Besonderes (Asthma, Allergien usw.) _____

- Ich habe eigene Schlittschuhe
 Ich miete die Schlittschuhe Schuhgrösse: _____

	Niveau	Wochentag	Zeit	Dauer	Kurs Start	Kurs Ende	Anzahl Termine	Kosten
<input type="checkbox"/>	Eissternli	Donnerstag	16.00 bis 16.45 Uhr	45 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 160.00
<input type="checkbox"/>	Schneeflöckli	Donnerstag	16.45 bis 17.30 Uhr	45 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 160.00
<input type="checkbox"/>	Stern 1	Donnerstag	16.00 bis 16.45 Uhr	45 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 160.00
<input type="checkbox"/>		Samstag	08.30 bis 09.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 200.00
	Der Kurs findet 2 x wöchentlich statt (bei nur 1 x pro Woche Reduktion möglich)							
<input type="checkbox"/>	Stern 1	Donnerstag	16.45 bis 17.30 Uhr	45 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 160.00
<input type="checkbox"/>		Samstag	08.30 bis 09.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 200.00
	Der Kurs findet 2 x wöchentlich statt (bei nur 1 x pro Woche Reduktion möglich)							
<input type="checkbox"/>	Stern 2	Mittwoch	12.30 bis 13.30 Uhr	60 Min.	20.10.2010	06.04.2011	20	SFr. 250.00
<input type="checkbox"/>		Donnerstag	16.30 bis 17.30 Uhr	60 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 250.00
<input type="checkbox"/>		Samstag	07.30 bis 08.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 250.00
	1, 2, oder 3 x wöchentlich möglich (wir empfehlen mindestens 2 x wöchentlich)							
<input type="checkbox"/>	Stern 3	Mittwoch	12.30 bis 13.30 Uhr	60 Min.	20.10.2010	06.04.2011	20	
		Samstag	07.30 bis 08.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 500.00
	Der Kurs findet 2 x wöchentlich statt							
<input type="checkbox"/>	Stern 4	Mittwoch	16.45 bis 17.45 Uhr	60 Min.	20.10.2010	22.12.2010	9	
<input type="checkbox"/>		Mittwoch	12.30 bis 13.30 Uhr	60 Min.	05.01.2011	06.04.2011	11	SFr. 250.00
<input type="checkbox"/>		Donnerstag	16.30 bis 17.30 Uhr	60 Min.	21.10.2010	07.04.2011	20	SFr. 250.00
<input type="checkbox"/>		Samstag	07.30 bis 08.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 250.00
	Der Kurs findet 2 x wöchentlich statt (wir empfehlen 3 x wöchentlich)							
<input type="checkbox"/>	Erwachsene	Samstag	08.30 bis 09.30 Uhr	60 Min.	23.10.2010	09.04.2011	20	SFr. 285.00
<input type="checkbox"/>	Trockentraining	Mittwoch	18.00 bis 19.00 Uhr	60 Min.	20.10.2010	22.12.2010	9	SFr. 70.00

Bitte gewünschte(n) Kurs(e) ankreuzen

Die Anmeldung gilt als verbindlich. **Bitte den Betrag vor Kursbeginn einzahlen.**

Haftpflicht- und Unfallversicherung sind Sache der Eltern.

Datum: _____ Unterschrift: _____

Senden an:

Eisklub Sursee, Krista Jacquemai-Schmid, Rigistrasse 12, 6210 Sursee, Tel. 041/ 921 46 07
Krista.jacquemai@eisklub-sursee.ch www.eisklub-sursee.ch