



Klubheft Saison 2019/20

**TENINI**  
SPORT WETZIKON

**Spezialangebote**

**20%**  
**Schuhe**  
**Trainingsbekleidung**

**30-50%**  
**Einzelstücke**  
**Auslaufmodelle**

**Ausnahmen:**  
**Aktionen, Reduzierte Artikel, Team-Bekleidungen**

**Tenini Sport GmbH**  
**Rapperswilerstrasse 63**  
**8620 Wetzikon**

**Öffnungszeiten:**  
**Mo-Fr 14.00-19.00 Uhr**  
**Samstag 09.00-15.00 Uhr**

## Inhaltsverzeichnis und Sponsorenliste

Inhaltsverzeichnis und Sponsorenliste	3
Jahresbericht der Präsidentin EK Sursee Saison 2018/2019	4
Klubvorstand	8
J&S Leiterinnen	10
Trainerin	12
Läuferinnen-Portraits	14
Sternli Tests Saison 2018/19	17
Sommertaining 2019	19
Schaulaufen 2019 «voICES»	22
Danksagung	23
Übersicht Einstiegs-, Sternli- und SEV-Tests	31
Testanforderungen für Einsteiger	33
Testanforderungen für Sternli-Tests	35
Testanforderungen für SEV-Tests	37
Der EK Sursee sucht	39
Wettkampfteilnahme und Lizenzen	41
Hinweise und Informationen zu unseren Eislaufkursen	42
Schlittschuhe und Kleidung	43
Fragen zu Kursen und Tests	44
Kurszeiten Hauptsaison (14.10.2019 - 04.04.2020)	45
Agenda	47

## Jahresbericht der Präsidentin EK Sursee Saison 2018/2019



Oberkirch, den 24. August 2019

Dies ist die Dernière für mich. Mit diesem zehnten Jahresbericht und der Leitung der elften Hauptversammlung am 13. September 2019 trete ich als Präsidentin des EK Sursee ab und somit auch aus dem Vorstand zurück.

Gerne halte ich Rückschau auf unser Jubiläumsjahr. Es war ein intensives und sehr erfolgreiches Jahr.

Aus beruflichen Gründen verpflichtete sich unsere Haupttrainerin Lucia Bühlmayer nur noch für die Leitung der Gruppenlektionen auf dem Eis und in der Turnhalle am Samstagvormittag. Trotz intensiver Suche konnten Fabienne Bernet (Vizepräsidentin und Leiterin Eislaufschule) und ich keine neue, geeignete Trainerpersönlichkeit für die ganze Saison verpflichten. So entschieden wir uns, eine Art Zwischensaison durchzuführen: Der Fokus sollte auf die beiden «voICES»-Aufführungen und die Sternli- und SEV-Tests gelegt werden. Die Teilnahme an Wettkämpfen und das damit verbundene Einstudieren einer Kür bei einer Trainerin musste für ein Jahr ausgesetzt werden.

Der Trainermangel und die Suche nach weiteren Trainerinnen und Trainern zog sich durch die ganze Saison hinweg. Fabienne investierte viele Stunden, um immer alle Trainingsstunden mit Trainerinnen und unseren J&S-Leiterinnen besetzen zu können. Dafür möchte ich Fabienne herzlich danken!

Mit Denise Frick und Angela Thomasius konnten wir unser Trainerinnen- und J&S-Leiterinnenteam zeitweise erweitern. Von Herzen möchte ich dem ganzen Leiterinnenteam für die lehrreichen und gut vorbereiteten Lektionen danken: Dies sind Fabienne Bernet, Ramona Peier, Monika Aellig, Michelle Jacquemai und Krista Jacquemai. Sehr toll fand ich es, dass wir mit Andrina Balmer und Noella Bucher Moniteurinnen aus dem eigenen Nachwuchs fanden, die bei den Eisbären, respektive Schneeflöckli die Trainings leiteten.

Ein erster kleinerer Saisonhöhepunkt waren die Sternlitests am Samstagvormittag, den 23. März. Insgesamt nahmen 25 Läuferinnen an den anspruchsvollen Tests (Sternli 1, 2, 3, 4 Stil und 4 Kür) teil. Die Freude war gross, als die Chefpreisrichterin Tatiana Haas (Bülacher Eislaufclub) verkünden durfte, dass alle angetretenen Läuferinnen und Läufer die Tests bestanden haben! Dies gab es in der zehnjährigen Klubgeschichte noch nie! Herzliche Gratulation an alle jungen Wettkämpferinnen und Wettkämpfer!

Eigentlich war geplant, dass das letztjährige Schaulaufen «Movies on Ice» mein letztes Schaulaufen als OK-Präsidentin sein sollte und ich aus Zeitgründen den sehr zeitraubenden Job weitergeben wollte. Alles kam dann anders als geplant. Gleich am ersten Tag nach dem Schaulaufen meinte mein Mann beim Mittagessen, dass ein noch grösseres Projekt gemeinsam mit dem KantiCHOR ein würdiger Abschluss wäre... Dies war der Startschuss für «voICES». Die ersten Abklärungen und Vorbereitungen starteten bereits im April 2018. Gemeinsam mit den tollen, innovativen Mitgliedern des OK Schaulaufens, des Vorstandes (alle

Vorstandsmitglieder übernahmen zugleich einzelne Ressorts im OK), der ausgezeichneten Zusammenarbeit mit Mario Thürig, dem Chorleiter des KantiCHORS, den Trainerinnen, Leiterinnen und Moniteurinnen und allen Helferinnen und Helfern konnten wir ein Jahr später «voICES» fulminant zur Aufführung bringen.

Ich denke, der immense Aufwand hat sich vollumfänglich gelohnt. Die anfängliche Skepsis einzelner Vorstandsmitglieder und OK Schaulaufen-Mitglieder konnte ich nachvollziehen. War doch neben dem um vieles grösseren Personalaufwand auch der finanzielle Aufwand nicht zu unterschätzen.

Für mich waren die beiden eindrücklichen, wunderschönen und lustigen Shows mit all den glücklichen Läuferinnen und Läufern, Sängerinnen und Sängern, Musikern, Gästen und Helferinnen und Helfern und natürlich den 1800 begeisterten Zuschauerinnen und Zuschauern der schöne Lohn für die vielen investierten Stunden!

Ein würdiger Abschluss von «voICES» bildete das Spaghetti-Essen am Donnerstag, den 23. Mai im Restaurant Cheyenne. Über 100 Beteiligte nahmen an diesem feinen Essen teil.

Unser Klub kann nur dank engagierten Vorstandsmitgliedern funktionieren. Ganz herzlich möchte ich mich bei Fabienne Bernet, Inge Venetz, Martina Krack, Cornel Jacquemai und unserem geschätzten Neuzugang Bernadette Dal Bosco für die tolle Zusammenarbeit und die angenehmen monatlichen Vorstandssitzungen bei mir zu Hause bedanken!

An der kommenden Hauptversammlung wird Martina Krack als langjährige Aktuarin aus dem Vorstand zurücktreten. Ich bin sehr

froh, dass wir mit Daniela Lemblé ein neues Vorstandsmitglied begrüssen dürfen!

Neben einem gut funktionierenden Vorstand brauchen wir auch genügend Trainerinnen. Nach anfänglicher Zusage als Haupttrainerin für Klub- und neu auch wieder für Privatlektionen musste uns Lucia Bühlmayer Ende Mai aus gesundheitlichen Gründen kurzfristig eine Absage für die Saison erteilen.

Fabienne und ich wussten lange nicht, ob wir nach zehn erfolgreichen Jahren den Klub auflösen müssen oder ob trotzdem noch ein kleines Wunder beim Finden einer geeigneten Trainerin geschähe. Sozusagen im letzten Augenblick konnten wir mit Katarina Paice eine Teilzeit-Trainerin finden. Gemeinsam mit Ramona leitete sie bereits den Sommerkurs vom 12. - 14. August in der Eishalle Sursee. Bei diesem nahmen insgesamt 14 Läuferinnen (Stern 2 bis Intersilber) des EK Sursee teil.

Nach wie vor fehlt uns eine Haupttrainerin ab Oktober...

Ich wünsche allen eine lehrreiche und schöne Saison und hoffe sehr, dass unser Klub auch in zehn Jahren noch besteht!

Eure Präsidentin, Evelyne Balmer



☆☆☆  
Online-Shop  
www.lanalu.ch  
☆☆☆

☆☆☆  
IN  
CHAM/ZUG  
☆☆☆



Lanalu  
BOYS GIRLS

THERMOSHIRTS, HOSEN, SHORTS  
STRUMPFHOSEN, KÜRKLEIDER  
HANDSCHUHE, SCHUTZHOSEN  
EISKUNSTLAUF JACKEN  
BODIES, ACCESSOIRES

☆☆☆  
**10.-** CHF  
RABATT  
Gutscheincode  
R20SUZ

Mo-Fr 9.00-12.30 und 13.30-18.30 Uhr · Sa 9.00-16.00 Uhr  
Knonauerstrasse 1 · 6330 Cham · Tel. 041 759 00 00 · www.lanalu.ch  
Kundenparkplatz vorhanden

**VERGESSEN SIE DEN PILATUS.**

Jetzt die Welt  
und günstige  
Angebote  
entdecken.

**KUONI**  
Ferien, in denen man alles vergisst.

Kuoni Reisen • DER Touristik Suisse AG • Centralstrasse 8a • 6210 Sursee  
T 058 70263 73 • sursee.k@kuoni-reisen.ch

**EISTANZ.CH**  
SANDRA ENGEL, 079 489 93 15

**Kürkleider, Trainingskleider, Unikate, Jacken, Hosen, Bodys u.v.m. ....**

**Dein online Shop für alles rund ums Eiskunstlaufen..**

**Rufen sie uns an - Gerne verschicken wir eine Auswahlendung :-)**

## Klubvorstand

### Präsidentin

vakant



### Mitgliederverwaltung/J&S Coach

#### Bernadette Dal Bosco

Rankhof 11  
6208 Oberkirch  
Tel. 041 790 64 55

bernadette.dalbosco@eisklub-  
sursee.ch

### Vizepräsidentin/ Eislaufschule

#### Fabienne Bernet

Burgerstrasse 6  
6003 Luzern  
Tel. 079 323 17 40

fabienne.bernet@eisklub-sursee.ch



### Webmaster

#### Cornel Jacquemai

Rigistrasse 12  
6210 Sursee  
Tel. 041 921 46 07

webmaster@eisklub-sursee.ch

### Sponsoring/Lizenzen

#### Inge Venetz

Mariazellhöhe 14  
6210 Sursee  
Tel. 041 921 00 48

inge.venetz@eisklub-sursee.ch



### Aktuarin

#### Daniela Lemblé

Schellenrainstrasse 15b  
6210 Sursee  
Tel. 041 920 28 63

daniela.lemble@eisklub-sursee.ch

## J&S Leiterinnen

### Monika Aellig

Eggstrasse 10  
6206 Neuenkirch  
Tel. 077 208 13 29  
monika.aellig@eisklub-sursee.ch

#### Sportliche Laufbahn:

- SEV Interbronzetest Kür
- PTS (SYS) Bronze
- J+S Leiterin



### Fabienne Bernet

Burgerstrasse 6  
6003 Luzern  
Tel. 079 323 17 40  
fabienne.bernet@eisklub-sursee.ch

#### Sportliche Laufbahn:

- SEV Bronzetest Kür
- J+S Leiterin Kinder- und Jugendsport

### Michelle Jacquemai

Rigistrasse 12  
6210 Sursee  
Tel. 078 712 78 99  
michelle.jacquemai@eisklub-sursee.ch

#### Sportliche Laufbahn:

- SEV Intersilbertest Kür
- SEV Bronzetest Stil
- J+S Leiterin



### Ramona Peier

Brückenstrasse 39  
4632 Trimbach  
Tel. 079 576 95 41  
ramona.peier@eisklub-sursee.ch

#### Sportliche Laufbahn:

- SEV Intersilbertest Kür
- J+S Leiterin



**KOST+PARTNER**   
Ingenieure und Planer

**INGENIEURKOMPETENZ**  
**ZUNDENNAH,**  
**LÖSUNGSORIENTIER**

**KOST+PARTNER AG** Ingenieure und Planer  
Industriestrasse 14 | Postfach | 6210 Sursee  
T 041926 06 06 | F 041926 06 07  
info@kost-partner.ch | www.kost-partner.ch

Ein Unternehmen der Firmengruppe  
**KOST+PARTNER AG | SCHUBIGER AG | TRACHSEL AG**



**GEOINFORMATIK**  
**RAUMENTWICKLUNG**  
**UND BAUBERATUNG**  
**INFRASTRUKTUR**  
**UND VERKEHR**  
**KONSTRUKTION**  
**WASSERVERSORGUNG**  
**UMWELT UND GEWÄSSER**  
**INGENIEURBAU LUZERN**

## Trainerin



### Katarina Paice

katarina.paice@gmail.com

#### Ausbildung:

##### Sportliche Laufbahn:

- Teilnehmerin bei Schweizermeisterschaften seit 2006
- Vizemeisterin Eistanz 2013 und 2014
- Schweizermeisterin Eistanz 2015
- Teilnehmerin an der Europameisterschaft 2015 und 2016 im Eistanz

##### Eislauf:

- J&S- Leiterin Kinder- und Jugendsport Eislauf
- Eislauflehrerin mit WB2 Ausbildung; Eislauflehrerin SELV
- Studium der Erziehungswissenschaft Uni Zürich
- Trainerin im Eislaufclub Wettingen seit 2013
- Technical Specialist für Eiskunstlauf seit 2018
- Unterricht auf Deutsch, Französisch, Englisch

**JOOS**  
salon de coiffure

**Stilvoll, urban und gemütlich  
– ein Ort zum Wohlfühlen**  
Hereinspaziert und herzlich  
willkommen in unserem  
neuen Salon de Coiffure.  
[www.salon-de-coiffure-joos.ch](http://www.salon-de-coiffure-joos.ch)

die vielfalt der natur  
geplant, gestaltet,  
verwirklicht und  
gepflegt von

planung und beratung  
gartenumgestaltungen, -umänderungen  
natursteinbeläge, mauern  
garten-, raser- und baumpflege  
baum- und sträucherschnitt  
gestaltung von biotopen  
dachbegrünungen, balkonbepflanzungen  
saisonrabattenbepflanzungen  
schädlingsbekämpfung, pflanzenschutz  
grabpflege

**brechbühl**   
**gartenbau gmbh**

6208 oberkirch/sursee tel. 041 921 06 83  
oberhof fax 041 920 45 17

## Läuferinnen-Portraits

### Alisha Baumberger



Mein Geburtstag: 07.03.2007 / Fische  
 Mit Eislaufen begonnen: 2. Klasse 2014/15  
 Lieblingselement: Toeloop  
 Mein Ziel: Sitzpirouette  
 Weitere Hobbies: Skifahren, Tanzen, Sport  
 Mein Vorbild: Sarah Meier  
 Am Eisklub gefällt mir: Gute nette Leiter

Mein Geburtstag: 16.10.2008 / Waage

Mit Eislaufen begonnen: Oktober 2014

Lieblingselement: Salchow

Mein Ziel: Interbronze, Bronze

Weitere Hobbies: Tennis, Geige spielen, Singen und Tanzen

Mein Vorbild: Katarina Witt, Sarah Meier

Am Eisklub gefällt mir: Man kann voneinander viel lernen und die Trainings machen richtig Spass.

### Anna Maria Wasmer



### Nora Dal Bosco



Mein Geburtstag: 30.11.2005 / Schütze  
 Mit Eislaufen begonnen: in der 3. Klasse  
 Lieblingselement: Pirouetten  
 Mein Ziel: neue Elemente zu lernen  
 Weitere Hobbies: Klavier spielen und Lesen  
 Mein Vorbild: Meryl Davis, Emma Watson  
 Am Eisklub gefällt mir: Die netten Trainerinnen, lehrreiche Trainings, die erfolgreichen Schaulaufen

### Lea Brun



Mein Geburtstag: 17.07.05 / Krebs  
 Mit Eislaufen begonnen: Mit 8 Jahren  
 Lieblingselement: Rittberger  
 Mein Ziel: Ich möchte mich jedes Jahr verbessern  
 Weitere Hobbies: Reiten Ich habe eine Reitbeteiligung  
 Mein Vorbild: Menschen aus dem Alltag. Ich schaue mir ab, was mir gefällt.  
 Am Eisklub gefällt mir: Ich habe im Eisklub viele gute Freundinnen kennengelernt.

Mein Geburtstag: 16.08.2007 / Löwe

Mit Eislaufen begonnen: 2015

Lieblingselement: Sitzpirouette

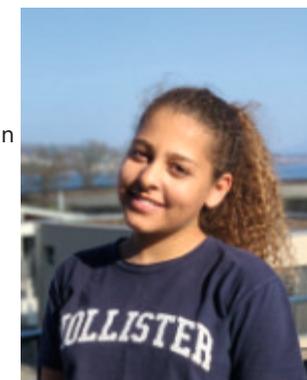
Mein Ziel: Den Interbronze-Test bestehen

Weitere Hobbies: Singen, Tanzen

Mein Vorbild: Lukas Britschgi

Am Eisklub gefällt mir: Das grosse Schaulaufen, die netten Trainerinnen und Leiterinnen und die tolle Kameradschaft unter den Läuferinnen

### Julia Köpfle



# Herzlichen Glückwunsch



## Sternli Tests Saison 2018/19

### Erfolgreiche Sternli-Tests

Am Samstagvormittag, den 23. März galt es für 25 Läuferinnen und Läufer des EK Sursee ernst: Die diesjährigen Sternlitests 1, 2, 3, 4 Stil und 4 Kür standen an. Die Nervosität unter den Testanwärterinnen und dem Testanwärter, aber auch unter den zahlreichen Eltern und Bekannten war gut spürbar. Die drei Preisrichterinnen freuten sich über die technischen Ausführungen der gezeigten Elemente (Sprünge, Laufschriffe, Pirouetten). So durfte die Chefpreisrichterin Tatiana Haas aus Bülach anlässlich der Resultat- und Preisverteilung verkünden, dass alle angetretenen Läuferinnen und Läufer die Testanforderung erfüllten.

Der EK Sursee gratuliert allen herzlich zu diesem Erfolg und dankt allen Trainerinnen und Leiterinnen für die tolle Ausbildung der Nachwuchsläuferinnen und -läufer während der ganzen Saison!

### Test 1:

Lina Bleuler, Serena Caputi, Lia Good, Celine Kaufmann, Elena Künzler, Vivienne Mebold, Sermin Rashid, Jara Schumacher, Lisa Sophia Wasmer

### Test 2:

Nina Bienz, Selina Hodel, Erol Malaydin, Géraldine Mebold, Tamara Schlüssel, Norina Straumann, Philine Wallimann

### Test 3

Nina Bienz, Luana Califano, Erol Malaydin, Géraldine Mebold, Lajla Schumacher, Leana Straumann

### Stern 4 Stil

Anna Jurgiel, Anna Maria Wasmer

### Stern 4 Kür

Lea Brun, Linda Hartl, Anna Jurgiel, Julia Köpfle



### APÉRO PLÄTTLI

Planen Sie eine Familienfeier oder einen Firmenapéro? Wir liefern Ihnen unsere „gluschtigen“ Plättli nach Wunsch.

*judith's Ess-Kultur & Käsekompetenz*

judith's Ess-Kultur  
Unterstadt 12 | 6210 Sursee  
Tel. 041 921 85 35  
judiths-esskultur@bluewin.ch  
www.judiths-esskultur.ch

## Vorbereitet für die neue Saison



## Sommertaining 2019

Nach der intensiven Zeit von Januar bis April (Vorbereitung für Sternlitests und Schaulaufen «voICEs») konnten unsere Eiskunstläuferinnen vorerst einmal verschlafen und eine Trainingspause einlegen.

Für diejenigen, die die lange «eisfreie» Zeit von Ostern bis August verkürzen wollten, bestand wie bereits in den Vorjahren die Möglichkeit, das Sommeris in der Eishalle in Luzern (Mai - Anfang Juli) zu nutzen. Ein kleines Grüppchen von 4 Läuferinnen profitierte auch dieses Jahr vom Angebot. Lucia Bühlmeier, Ramona Peier und Angela Thomasius standen als Trainerinnen zur Verfügung.

In der letzten Sommerferienwoche fand dann ein 3tägiges Training in der heimischen Eishalle statt. Es ist eine gute Vorbereitung auf die

bevorstehende Saison. Bei dieser Gelegenheit konnte die neue Trainerin, Katarina Paice, begrüsst werden. Neben Katarina Paice leitete Ramona Peier die Trainings. 14 Läuferinnen aus den verschiedenen Niveaus (Stern 2, Stern 4, Anwärterinnen Interbronze, Bronze und Intersilber) nahmen teil. Das Programm präsentierte sich wie folgt: jeweils eine Einheit Gruppenkurs auf dem Eis - eingeteilt nach dem jeweiligen Niveau - und eine Einheit Off-Ice/Athletiktraining. 4 Läuferinnen profitierten zusätzlich vom ½ stündigen Privatunterricht pro Tag. Weiter konnte in der «unterrichtsfreien» Zeit selbstständig auf dem Eis geübt werden.

Im Eistraining wurden Laufstil, Sprünge und Pirouetten geübt, das Off-Ice/Athletiktraining beinhaltete Sprungtraining, Kraft, Ausdauer und Stretching.



**brühl**

Design mit  
hohem Komfort



**ulrich**  
ERLEBNIS WOHNEN

Kottenstrasse 2, 6210 Sursee, 041 925 86 86  
www.ulrichwohnen.ch

«Der Schliff macht den Unterschied»

[www.mengskates.com](http://www.mengskates.com)



**Was ist MENSskates®?**

MENSskates® ist mehr als einfach nur Schlittschuhe fürs Eiskunstlaufen. MENSskates® ist ein Gesamtpaket, speziell und individuell abgestimmt auf Eiskunstläuferinnen und Eiskunstläufer.

**Was beinhaltet MENSskates®?**

- Abklärung des genauen Bedarfs
- Analyse der aktuellen Schlittschuhe
- Analyse der Füße
- Auswahl der passenden Schuhe von verschiedenen Marken
- Individuelles Anpassen der Schuhe
- Falls nötig, individuelle Schuheinlagen
- Kompetente Beratung bei der Wahl der richtigen Kufen.
- Auf den Körperbau abgestimmte Kufenmontage
- **MENGschliff®**
- Qualitätsgarantie

**Davos** Claudio S. Meng  
Obere Strasse 63a  
CH-7270 Davos Platz

**Zürich** Bitte Termin vereinbaren

Bitte voranmelden

[www.mengskates.com](http://www.mengskates.com) | [info@mengskates.com](mailto:info@mengskates.com) | Tel. +4181 41352 40



jp@men.ch



**ŠKODA**  
SIMPLY CLEVER

**AMAG Sursee**  
Einfach sympathisch, einfach persönlich!



**AMAG Sursee**

Neuweidstrasse 1, 6208 Oberkirch LU  
Tel. 041 926 80 40, [www.sursee.amag.ch](http://www.sursee.amag.ch)

**amag**

## Schaulaufen 2019 «VOICES»

Die Läuferinnen und Läufer des EK Sursee und der KantiChor begeisterten im diesjährigen Schaulaufen an zwei Tagen ein zahlreiches Publikum.

### Möglichkeiten des Eises ausgeschöpft

Am 13. und 14. April präsentierte der Eisklub Sursee gemeinsam mit dem KantiChor und -Band sein Programm «VOICES». In einer Eishalle, die bis auf die letzten Plätze besetzt war, sorgte die Kombination aus hervorragender Musik und talentierten sowie passionierten Eiskunstlaufenden für viele Gänsehautmomente und offenkundiges Staunen. Vorwärts, rückwärts, mit Sprüngen und Pirouetten, einbeinigen Balanceakten und unglaublichen Geschwindigkeiten loteten die Artisten die Möglichkeiten des Eises aus. Lichteffekte und zum Thema passende Kostüme und Accessoires verstärkten dabei ihre Ausdruckskraft. Von Fabienne Bernet charmant durch die Show geführt, konnte das Publikum die Auftritte der verschiedenen Gruppen geniessen. Mit einwandfrei memorierten Choreografien und einer gehörigen Portion Mut zu atemberaubenden Kunststücken bewiesen die Eiskunstlaufenden gruppen- oder paarweise, aber auch alleine ihr Talent. Die Musik zu den Küren wurde dabei vom KantiChor und der KantiBand unter der Leitung von Mario Thürig und Gerhard Unternährer vertont. Die Interpretation der Lieder, welche vorwiegend aus der Feder der schwedischen Popgruppe ABBA

stammten, beeindruckte dabei durch Tongenauigkeit, Ausdrucksstärke und die herzergreifenden Stimmen der Solistinnen und Solisten: Jaelle Flechter, Naomi Austero, Janine Bucher, Sophie Felber, Lisa Reding und Mathieu Perey. Speziell begeisterte auch das A-Capella-Lied «White Winter Hymnal», bei welchem der Chor mit grosser Koordination klare Töne mit Körperrythmik vereinte.

### Idole am Start

Für spezielle Begeisterung auch auf Seiten der Artisten selbst sorgten die Gastauftritte des Profieiskunstlaufpaares Victoria Manni und Carlo Röthlisberger, dreifache Schweizermeister im Eistanz. Sie bewiesen zweifelsfrei, dass Eis unter den Kufen keineswegs ein Hindernis für akrobatische Tanzleistungen darstellt. So flogen sie sprichwörtlich über das Eis, zu romantischen Balladen wie auch zu groovigen Beats. Ebenfalls über das Eis wirbelte Schweizermeister Lukas Britschgi. Er bezauberte das Publikum mit atemberaubenden Sprüngen und gelungenen Pirouetten. Er zeigte den Nachwuchstalenten, was mit viel Leidenschaft und noch mehr Training alles erreichbar ist. Bei einem weiteren Gastauftritt bot das Zürcher Synchronteam «Starlight-Novice» eine atemberaubende Show, in welcher die 10- bis 15-jährigen Mitglieder von Individuen zu einer perfekt abgestimmten, stolzen Einheit verschmolzen.



## Danksagung

Herzlichen Dank und ein grosses Lob an alle unsere Läuferinnen und Läufer!

Vielen Dank an die Eltern, die ihre Schützlinge unterstützt und begleitet haben!

Grosses Dankeschön an das OK des Schaulaufens und allen weiteren Helferinnen und Helfern, die sich für dieses grandiose Schaulaufen engagiert haben!

Danke, lieber KantiChor und liebe KantiBand, für das Mitwirken an den zwei unvergesslichen «VOICES» Auftritten!

Grossen Dank an Mario Thürig und Gerhard Unternährer für die gute Zusammenarbeit!

Der grösste Dank gehört aber Dir, liebe Evelyne!

Nach zehn erfolgreichen Jahren ziehst Du Dich aus dem Verein zurück und hinterlässt eine grosse Lücke. Dein unermüdlicher Einsatz, Deine innovativen Ideen, Dein Eislauf Know-How und Dein Organisationstalent werden uns fehlen. Durch Deinen Einsatz hast Du den Eisklub über die Jahre geprägt und weiter entwickelt. Höhen und Tiefen, Erfolge und Niederlagen, lachende Gesichter und Tränen hast Du miterlebt. Durch all die bewegten Zeiten des EK Sursee hast Du den Verein sicher und standhaft geleitet.

Merci!











# MIETE/DEN/WINTER

SKIS UND SNOWBOARDS MIETEN  
-EINEN GANZEN WINTER LANG -



**SAISONMIETE Fr. 85.-**  
für Ski, Bindung, Schuhe und Stöcke

**LUI, 2 JAHRE**  
Skifahrer, 98cm

**SAISONMIETE Fr. 99.-**  
für Ski, Bindung, Schuhe und Stöcke

**MIRA, 5 JAHRE**  
Skifahrerin, 110cm

**SAISONMIETE Fr. 149.-**  
für Board, Bindung und Schuhe

**TIM, 5 JAHRE**  
Snowboarder, 115cm



**FAMILIENTAG IM SÖRENBERG  
ZUM HALBEN PREIS**  
Miete im Oktober 2019 Skis oder ein Snowboard  
für den ganzen Winter bei Kunz-Sport Willisau,  
Go-In Sursee oder Engelberg und du erhältst  
einen Gutschein mit 50% Rabatt auf eine Tageskarte  
in Sörenberg für die ganze Familie, gültig  
bis Ende Wintersaison 2019/2020.  
www.sorenberg.ch

**SAISONSTART: 28.09.2019**



## Übersicht Einstiegs-, Sternli- und SEV-Tests



SEV Goldtest  
SEV Intergoldtest  
SEV Silbertest  
SEV Intersilbertest  
SEV Bronzetest  
SEV Interbronzetest



Stern 4 Stil & Kür  
Stern 3  
Stern 2  
Stern 1



Schneeflöckli & Eisbären

In den Einsteigerkursen (Schneeflöckli und Eisbären) erlernen die Kinder die Grundelemente des Eislaufens.

In den Sternli-Kursen wird bereits intensiver geübt: die ersten Sprünge, Schrittfolgen und Pirouetten gelingen. Mit dem Stern 1 Test dürfen die ersten Wettkämpfe (Elementparcours) bestritten werden. Ab dem Stern 2 Test kann bereits mit der Trainerin eine Kür einstudiert und an Kürwettkämpfen teilgenommen werden.

Das Niveau der SEV-Tests erreichen die Läuferinnen und Läufer erst nach mehrjährigem Training. Die Sprünge, Schrittfolgen und Pirouetten werden immer anspruchsvoller und ein intensives Privat- und Gruppentraining ist unerlässlich. Ab dem Intersilber-Test werden Doppelsprünge vorausgesetzt. Erreicht eine Läuferin oder ein Läufer dieses Niveau vor dem 14. Lebensjahr, so darf sie/ er an den Schweizermeisterschaften starten.

356 Tage geöffnet

# ALLES UNTER EINEM DACH!



AQUAFIT Sursee | Buchenstrasse 7 | 6210 Sursee  
T 041 921 49 49 | www.aquafit-sursee.ch

**AQUA FIT**  
SURSEE  
KOMPETENZZENTRUM  
FÜR GESUNDHEIT IN SURSEE

nicht kummulierbar

**GUTSCHEI** **2 Wochen kostenloses Training**

## Testanforderungen für Einsteiger

Hierbei handelt es sich um vereinsinterne Bestimmung der Testanforderungen.

### Schneeflöckli

**Übung 1:** Ich kann ohne Hilfe auf dem Eis stehen, absitzen und wieder aufstehen.

**Übung 2:** Ich kann einen Gegenstand vom Eis aufnehmen und in ein weiter entferntes Gefäss legen.

**Übung 3:** Ich kann eine Eisbreite ohne umfallen vorwärts laufen.

**Übung 4:** Ich kann eine Eisbreite ohne umfallen rückwärts laufen.

**Übung 5:** Ich kann auf dem Eis zweimal hüpfen ohne umzufallen.

**Übung 6:** Ich kann mich 3x um die eigene Achse drehen (in beide Richtungen).

### Eisbären

**Übung 1:** Ich kann auf Kommando bis zum Stillstand bremsen.

**Übung 2:** Ich kann beidbeinig Slalom um Verkehrshüte fahren.

**Übung 3:** Ich kann eine Eisbreite vorwärts laufen (mit einer kurzen Gleitphase auf 1 Bein).

**Übung 4:** Ich kann eine Eisbreite mit Fischli vorwärts laufen.

**Übung 5:** Ich kann eine Eisbreite mit Fischli rückwärts laufen.

**Übung 6:** Ich kann in der Hocke vorwärts gleiten.

**Übung 7:** Ich kann Trottinett (Chassée) in beide Richtungen auf dem Kreis laufen.

## Ihr Fachgeschäft



6232 Geuensee  
www.moebelschaller.ch

**möbel Schaller**  
116 Jahre Raum zum Geniessen

## Wohlbefinden durch Kraft und Balance

RAUM für Bewegung und  
Entspannung  
Münsterstrasse 1, 6210 Sursee

Informationen / Anmeldung:  
[www.pilates-sursee.ch](http://www.pilates-sursee.ch)

Dienstag-Samstag geöffnet  
0419211261  
[pizzeria-schweizerheim.ch](http://pizzeria-schweizerheim.ch)



## Testanforderungen für Sternli-Tests

Gemäss Schweizer Eislauf-Verband,  
gültig ab 01.10.2009

### 1. Stern

1. Vorwärtsfahren, bremsen  
Rückwärtsfahren, bremsen
2. Vorwärtsfahren und Kniebeuge (Päckli)
3. Fahren auf einem Bein R und L (Storch)
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 vorwärts-auswärts Bogen (mind. 3 Sekunden halten), abwechselungsweise zweimal rechts und zweimal links in Achterform
2. Abstoss vorwärts-einwärts gefolgt von zweimal vorwärts Übersetzen, 3 Sekunden auf der vorwärts-einwärts Kante halten, zweimal 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 Chassé, in Achterform
2. Dreier vorwärts-auswärts mit Chassé, auf Kreis (R und L)
3. Offener Mohawk in Schrittfolge, auf Kreisschritt mit Chassé (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 Chassé, Kantenwechsel auswärts-einwärts und Dreier vorwärts-einwärts. Schrittfolge (R und L)
4. 2 - 3x rückwärts Übersetzen, Bogen rückwärts auswärts mind. 3 Sek. gehalten, 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
6. 2 Minuten-Kür gemäss Breitensport SEV:

Dieses Kürprogramm wird mit der Trainerin einstudiert. Dazu benötigen die LäuferInnen Privatlektionen. Für den Privatunterricht bitte direkt mit der Trainerin Kontakt aufnehmen.



**SIGRIST**  
MODE IN PELZ  
LAMMFELL UND LEDER  
IM STÄDTCHEN  
**WILLISAU**  
TELEFON 041 970 18 45  
[www.sigrismodcinpelz.ch](http://www.sigrismodcinpelz.ch)

**Lammfell – natürlich gegen die Kälte**

**LEHNER**<sup>+</sup>  
DIREKTVERKAUF

IN SCHENKON

**10**  
(Mit Kundenkarte)  
**3% RABATT**  
auf reguläre Ware

Lehner Versand AG  
Zellgut 8, 6214 Schenkon

Mo–Fr 8.30–18.30 Uhr  
Sa 8.30–16.00 Uhr

☎ 0848 840 600  
lehner-versand.ch

## Testanforderungen für SEV-Tests

Gemäss Schweizer Eislauf-Verband,  
gültig ab 01.10.2009

### Kürtest 6. Klasse (Interbronze)

1. Salchow
2. Rittberger
3. Flip
4. Schritt mit folgenden Dreiern: Rva, Lva, Rve, Lve
5. Schritt mit mindestens zwei verschiedenen vorwärts Schlangenbogen, z.B. Rvae und Lvae oder Rvea und Lvea oder eine andere Variante und zwei verschiedenen Mohawks (offen oder geschlossen), z.B. oMo Rve-Lre und oMo Rve-Rre oder Mo Rve-Lre und gMo Rve-Lre oder eine andere Variante
6. Standpirouette (USp-mindestens 6 Umdrehungen)
7. Sitzpirouette (SSp-mindestens 6 Umdrehungen)

### Kürtest 5. Klasse (Bronze)

1. Lutz
2. Axel
3. Sprungkombination Flip-Rittberger
4. Schritt mit mindestens zwei verschiedenen rückwärts Schlangenbogen, ergänzt durch mindestens zwei verschiedenen rückwärts Dreier
5. Schritt mit mindestens zwei verschiedenen Spiralenpositionen, welche während drei Sekunden gehalten werden müssen, eine rechts und eine links. Der Schritt muss auf einer Serpentine oder einem Kreis oder eine Kombination der beiden ausgeführt werden
6. Waagepirouette (CSp-mindestens 6 Umdrehungen)
7. Pirouette mit einem Fusswechsel ohne Positionswechsel (CUSp/CSSp/CCSp-mindestens 5/5 Umdrehungen)

### Kürtests 4. - 1. Klasse (Intersilber - Gold)

Während an den Interbronze und Bronze-Tests nur Elemente gezeigt werden müssen, verlangen die Tests Intersilber, Silber, Intergold und Gold jeweils ein Kürprogramm. Dieses Kürprogramm muss zwingend bestimmte vorgeschriebene Elemente enthalten. Hier ist eine Auswahl der geforderten Sprünge für Damen, hinzu kommen vorgeschriebene Pirouetten und Schritte (Stand 1. Juli 2017).

#### Intersilber

1. Doppel Salchow
2. Doppel Toe-Loop
3. Kombination mit Axel, gefolgt von einem Doppelsprung oder Kombination aus zwei Doppelsprüngen

#### Silber

1. Doppelrittberger
2. Doppel Flip
3. Kombination aus zwei Doppelsprüngen, einer davon Doppel Toe-Loop

#### Intergold

1. Doppel Lutz
2. Doppel Flip in Kombination mit Doppelsprung
3. Kombination aus drei Doppelsprüngen oder 3er Kombi mit Euler und Doppel Flip oder Doppel Lutz und weiterem Doppelsprung oder Doppelaxel

#### Gold

1. Doppelaxel
2. Doppelrittberger mit Doppelrittberger oder Doppel Flip mit Doppelrittberger oder Doppel Lutz mit Doppelrittberger
3. Doppelaxel mit Doppelsprung, oder Dreifachsprung

**Eiszeit ist die schönste Zeit.**  
**Wir sind auch zwischen den Saisons für Sie da.**

Generalagentur Sursee  
 Herbert Heini  
 Oberstadt 3  
 6210 Sursee  
 T 041 926 76 66  
 sursee@mobiliar.ch  
 mobiliar.ch

**die Mobiliar**

0038021

## Der EK Sursee sucht

Wir sind immer auf der Suche nach Helferinnen und Helfer. Konkret sind wir in diesem Jahr dankbar für Ihren Einsatz beim Adventskalenderverkauf und beim Kuchenverkauf.

Mit Ihrer Unterstützung gestalten Sie den Verein aktiv mit und erleichtern uns das Organisieren von Aktivitäten und Events.



**Wenn Sie uns zu Ihrer ersten Bank machen, dankt es Ihnen die ganze Region.**

Als Raiffeisen-Mitglied sind Sie nicht nur Kunde, sondern Mitbesitzer Ihrer Bank. Ihre Sparanlagen ermöglichen Kredite für lokale KMU und Hypotheken. Davon profitieren Sie und die Region.

**RAIFFEISEN**



## Wettkampfteilnahme und Lizenzen

### Wettkampfteilnahme

#### Allgemein:

Der EK Sursee bestimmt gemeinsam mit der Trainerin sinnvolle Wettkämpfe für die jeweils bevorstehende Saison. Es sind dies ca. vier Kürwettkämpfe. Die Startgelder werden bei der Anmeldung vom EK Sursee bezahlt und Ende Saison zusammen mit den Betreuungskosten der Trainerin den jeweiligen Teilnehmerinnen und Teilnehmern in Rechnung gestellt. Kann eine Läuferin oder ein Läufer kurzfristig an einem Wettkampf nicht teilnehmen, werden die Startgelder vom organisierenden Klub **nicht** zurückerstattet!

Rechtzeitig vor jedem Wettkampf erhalten die angemeldeten Läuferinnen und Läufer des EK Sursee ein Informationsblatt (Startzeiten,...) per Email. Während des Wettkampfes werden die Läuferinnen und Läufer von der Trainerin betreut.

Die verbindlichen Anmeldungen können auf unserer Webseite in einem Online-Formular ausgefüllt werden.

#### Wettkampfbetreuung:

Am Wettkampftag werden die Teilnehmenden von der Trainerin betreut und optimal auf ihren Einsatz vorbereitet. Dafür werden folgende Betreuungskosten pro Läuferin/ Läufer verrechnet:  
Pro Tag, exkl. Spesen CHF 37.50

### Lizenzen

#### Allgemein:

Für die Teilnahme an SEV-Tests und an Wettkämpfen ab Interbronze-Niveau ist eine gültige SEV-Lizenz erforderlich. Die Lizenzkarte dient als Ausweis des aktiven Eisläufers (Geburtsdatum, Nationalität) und als Leistungsnachweis

(erreichte Resultate) und ist jeweils für ein Jahr gültig. Die Bestellung und Bearbeitung einer Lizenz erfolgt durch den Verein selbst. Der Verein ist zuständig für:

- neue Lizenzen
- Lizenzerneuerung oder Lizenzersatz
- Klub- oder Namenswechsel
- Passfotos

Es ist bei den Fotos unbedingt auf die Qualität zu achten:

- Passbildqualität
  - Brustbild mit neutralem Hintergrund
- Bei Lizenzfragen wenden Sie sich bitte an Inge Venetz, inge.venetz@eisklub-sursee.ch

#### Gebühren:

- Neue Lizenz CHF 200.-
- Lizenzerneuerung/ -ersatz CHF 100.-
- Klub- oder Namenswechsel CHF 100.-

Der Lizenzausweis ist jeweils vom 01. Mai bis zum 30. Juni des folgenden Jahres gültig und muss jährlich erneuert werden.

#### Wichtig:

Lizenzierte Läuferinnen / Läufer erhalten per 1. Mai des jeweiligen Jahres eine Rechnung für die Erneuerung der Lizenzgebühr für die folgende Saison vom SEV direkt zugestellt. Diese muss spätestens innerhalb von 30 Tagen einbezahlt werden. Sollte ab Datum der Rechnungsstellung innerhalb obgenannter Frist kein Zahlungseingang verbucht werden können, wird die Lizenz auf inaktiv gesetzt, und es muss bei Bedarf ein Gesuch um Reaktivierung erfolgen. Auch eine Reaktivierung kann jederzeit beantragt werden. Für die Lizenz ist ausschliesslich die Läuferin verantwortlich.

## Hinweise und Informationen zu unseren Eislaufkursen

### Inhalte des Trockentrainings

Sportartspezifisches Ergänzungstraining der Kraft, Beweglichkeit und der koordinativen Fähigkeiten. Das Trockentraining findet in der Stadthalle oder in der Turnhalle der Kantonsschule statt.

### Mitgliederbeiträge

Kinder, ab Stern 1	CHF 30.-
Erwachsene	CHF 40.-

### Kurskosten

Schneeflöckli/ Eisbären	CHF 260.-
Plausch Stern 1	CHF 300.-
Stern 1	CHF 560.-
Stern 2/ Stern 3	CHF 600.-
Stern 4	CHF 650.-
Förderkurs Stern 2+3	CHF 200.-
Interbronze/ Bronze	CHF 720.-
Intersilber	CHF 720.-
Patcheis pro Saison	CHF 200.-

Die Kurskosten verstehen sich inklusive Mitgliederbeitrag.

<b>Kosten BackBox*</b>	CHF 18.-
------------------------	----------

### Patcheis-Abo

Das Abo berechtigt alle Kursteilnehmer auf dem reservierten Klubeis selbstständig zu trainieren, Privatlektionen zu buchen, oder eine Kür einzustudieren.

**Das Abo ist während den Schulferien nicht gültig. Für Privatlektionen auf dem Klubeis ist ein Patcheis-Abo obligatorisch.**

### Patcheis-Zeiten

Vorsaison, 19.08.2019 - 29.09.2019:

Mittwoch:	11.30 - 16.30 Uhr
Samstag:	07.00 - 08.00 Uhr

Hauptsaison, 14.10.2019 - 04.04.2020:

Mittwoch:	11.30 - 16.30 Uhr
Donnerstag:	16.00 - 18.00 Uhr
Samstag:	07.00 - 08.00 Uhr

### Online-Anmeldung/ Informationen

- [www.eisklub-sursee.ch/index.php/eislaufschule/kursanmeldung](http://www.eisklub-sursee.ch/index.php/eislaufschule/kursanmeldung)  
- [info@eisklub-sursee.ch](mailto:info@eisklub-sursee.ch)  
- Fabienne Bernet  
Burgerstrasse 6, 6003 Luzern  
Tel. 079/ 323 17 40

### Schulferien

Während den Schulferien der Stadt Sursee finden keine Kurse statt.

### Saisonabonnement

Ein Saisonabonnement (Kinder) für den öffentlichen Eislauf (Mittwoch-, Samstag- und Sonntagnachmittag) kann an der Kasse der Eishalle Sursee für CHF 40.- statt CHF 80.- bezogen werden.

### Mitteilungen und Informationen

Sämtliche Mitteilungen werden **per Email** zugestellt. Alle wichtigen Informationen können auf der Webseite des Eisklub Sursee eingesehen werden.

### Jugend und Sport J&S

Die Personendaten sowie die J&S Kurs- und Lagerdaten werden im Nationalen Informationssystem für Sport (NDS) erfasst und bearbeitet. Die Bekanntgabe der Daten erfolgt nach Art. 11 des Bundesgesetzes über die Informationssysteme des Bundes im Bereich Sport (IBSG).

\*Kosten BackBox: professionelle Unterstützung in der Buchhaltung und Administration konnten wir an BackBox delegieren. Die entstehenden Kosten werden an die Mitglieder weiterverrechnet.

## Schlittschuhe und Kleidung

### Schlittschuhe

Freude und Erfolg im Eislaufen sind weitgehend von geeignetem Material abhängig. Bedenkt man, dass das Körpergewicht vorwiegend auf einer sehr schmalen Kufe liegt und sogar Sprünge damit aufgefangen werden müssen, ist es leicht vorstellbar, dass nur qualitativ einwandfreie Materialien solche Funktionen erfüllen können. Eine ungeeignete Ausrüstung hemmt die Fortschritte. Zudem können ernsthafte Schäden an den Gelenken entstehen.

Wir bitten Sie, für unsere Unterrichtsstunden nur **Eiskunstlaufschuhe** (das Eisen hat vorne Zacken) zu verwenden - keine Hockeyschuhe. Neue Schlittschuhe gibt es in speziellen Eiskunstlauf- Fachgeschäften. Beim Kauf von neuen oder gebrauchten Schlittschuhen sollte unbedingt auf **gute Qualität** geachtet werden. Der Schlittschuh soll eng am Fuss sitzen, trotzdem nicht zu fest drücken und seitlich stabil sein. Nur Schuhe aus Leder sind genügend stabil und passen sich individuell dem Fuss an. Das Eisen muss **geschliffen** und wenn möglich aus Stahl sein, damit es gut gleitet. Nur auf geschützten Böden laufen. Zu empfehlen sind **Plastikschröter**, damit das Eisen nicht zerkratzt wird. Da es sich um ein technisches Gerät handelt, muss man mit ca. CHF 150.- bis CHF 250.- rechnen. Allgemein gilt, dass Eislaufschuhe nicht auf „Vorrat“ gekauft werden können. Beim Kauf von zu grossen Schuhen nützt auch das „Ausstopfen“ mit dicken Wollsocken nichts, da der richtige Halt verloren geht. Faustregel: Die Schlittschuhgrösse sollte höchstens eine halbe Nummer grösser als die Normalgrösse sein. Bei ausgewachsenen Füssen sollte die Normalschuhgrösse nicht überschritten werden. Schlittschuhe können für CHF 4.- pro Mal oder für CHF 80.-

(Ganze Saison 1x wöchentlich) in der Eishalle gemietet werden.

### Fachgeschäfte für Eiskunstlaufen und Schleifservice:

- MENGskates, [www.mengskates.com](http://www.mengskates.com)  
- TENINI Sport, [www.tenini.ch](http://www.tenini.ch)  
- [www.eiskunstlaufshop.ch](http://www.eiskunstlaufshop.ch)  
- Online Shop Eistanz, Abtwil AG, [www.eistanz.ch](http://www.eistanz.ch)  
- LanaLu Boys&Girls, Cham, [www.lanalu.ch](http://www.lanalu.ch)

### Kleidung

Die Kleidung soll warm halten, aber nicht einengen. **Enge Jeans, flatternde Halstücher und lange Mäntel sind ungeeignet. Lange Haare werden zusammengebunden.** Für Anfänger empfiehlt sich ein Helm oder eine dicke Mütze als Kopfschutz. Handschuhe sind obligatorisch. Kleine Kinder sollen vor Kursbeginn zur Toilette gebracht werden.

**Eltern, Geschwister und Freunde werden gebeten, während den Trainings, Kursen, Wettkämpfen und Tests die Tribüne zu benutzen und sich nicht an der Bande aufzuhalten.**

**Danke für Ihr Verständnis.**

## Fragen zu Kursen und Tests

### Braucht es das Trockentraining schon bei den Sternli 1-Kindern?

Beim Eislaufen sind die konditionellen (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit) und koordinativen Fähigkeiten sehr wichtig. Im Trockentraining werden diese Fähigkeiten spezifisch trainiert und gewährleisten einen schnelleren Fortschritt auf dem Eis.

### Ab wann wird Eistraining in der Sommersaison empfohlen?

Möchte ein Kind schnellere Fortschritte machen, ist es sinnvoll, in reduzierter Form auch während der Sommersaison zu trainieren. Es bieten sich Privatlektionen bei der Trainerin und das Sommerlager an.

### Wann können die ersten Wettkämpfe bestritten werden?

Bei Interesse dürfen Kinder ab bestandenen Stern 1-Test einen Elementparcours-Wettkampf bestreiten. Beim Elementparcours durchlaufen die Kinder einen vorgegebenen Parcours ohne Musik. Der Wettkampfplan ist im Klubheft ersichtlich. Der Eisklub Sursee leiht kostenlos Eislaufkleidli für solche Wettkämpfe aus. Wer Interesse hat, meldet sich bei Fabienne Bernet.

### Ab wann sind Privatlektionen empfehlenswert?

Möchte das Kind eine eigene Kür einstudieren, sind Privatlektionen (auch in kleinen Gruppen möglich) bei der Trainerin unerlässlich. Ab bestandenen Stern 2-Test können solche Küren einstudiert werden und an entsprechenden Kürwettkämpfen teilgenommen werden. Möchte ein Kind schon früher schnellere Fortschritte erzielen, sind Privatlektionen ebenfalls empfehlenswert.

### Wann kann ein Kind an einem Test teilnehmen?

Die Tests des Eisklubs Sursee werden jeweils im März/April in der Eishalle Sursee durchgeführt. Die Läuferinnen und Läufer werden dabei von drei auswärtigen Preisrichtern beurteilt. Etwa zwei Wochen vor den Tests beurteilen die Gruppenleiterinnen und die Trainerin das Können der Kursteilnehmerinnen und -nehmer. Beherrscht ein Kind die geforderten Elemente und hat es realistische Chancen, den Test zu bestehen, erhält es eine Anmeldung für den Test. Diese Vorselektion dient dazu, den Kindern eine unnötige schlechte Erfahrung am Test zu ersparen. Es ist durchaus möglich, ein Kind ohne Empfehlung für den Test anzumelden, empfehlenswert ist dieses Vorgehen jedoch nicht.

### Wie lange braucht ein Anfänger bis zum bestandenen Stern 4 Kür-Test?

Prognosen zu Fortschritten bei Eisläufern sind sehr schwierig zu machen. Aus Erfahrung benötigen die Kinder und Jugendlichen etwa vier bis sechs Jahre bis zum Bestehen des Stern 4-Kür-Testes. Werden regelmässig Privatlektionen genommen, kann sich diese Zeit um ein bis zwei Jahre verkürzen.

### Welches ist der schwerste Sternli-Test?

Das lässt sich nicht verallgemeinern und hängt stark von den Voraussetzungen des Kindes ab. Erfahrungsgemäss kann aber gesagt werden, dass viele Kinder lange brauchen, um sicher vorwärts zu übersetzen (Stern 1), um sicher rückwärts zu übersetzen (Stern 2), um eine schöne Einbein-Pirouette zu drehen (Stern 3) und um eine saubere Sitzpirouette (Stern 4 Kür) zu beherrschen.

## Kurszeiten Hauptsaison (14.10.2019 - 04.04.2020)

### Mittwoch

11.30 - 12.30	Bronze & Intersilber		
12.30 - 13.30	Stern 2A	Stern 2B	
13.30 - 14.30	Stern 3	Stern 1	
14.30 - 15.30			
15.30 - 16.30			
16.45 - 17.45	Interbronze	Stern 4A	Stern 4B
18.00 - 19.00	Athletik ab Stern 4	Athletik Stern 2 & 3	

### Donnerstag

16.00 - 17.00	Schneeflöckli	Stern 1	
17.00 - 18.00	Eisbären	Stern 1 Plausch	Bronze & Intersilber

### Samstag

07.00 - 08.00	Stern 4B		
08.00 - 09.00	Stern 2A	Stern 2B	Interbronze
09.00 - 10.00	Stern 3	Stern 4A	Bronze & Intersilber
10.15 - 11.15	Athletik (ab Stern 4)		

Stand, 13.09.2019, Änderungen vorbehalten





## ECHT HOLZ für höchste Qualitätsansprüche

[WWW.HECHT-HOLZBAU.CH](http://WWW.HECHT-HOLZBAU.CH)

WOHNUNGSBAU | ÖFFENTLICHE BAUTEN | UMBAU, ANBAU & SANIERUNG  
GEWERBEBAU | FASSADENVERKLEIDUNG | INNENAUSBAU

## Agenda

### September

- 04. Vorstandssitzung
- 13. Hauptversammlung
- 14. Eishalle besetzt. Keine Kurse.
- 21. Eishalle besetzt. Keine Kurse.
- 28. Beginn Schulferien. Keine Kurse.

### Oktober

- 16. Beginn Hauptsaison
- 30. Vorstandssitzung

### November

- 20. Verkürzte Eiszeit (von 15.00 - 16.45 Uhr kein Eis)
- 20. Vorstandssitzung
- 23./24. Glattal Cup (noch nicht definitiv)

### Dezember

- 04. Klaushöck
- 08. Wettinger Kürwettkampf
- 21. Beginn Schulferien. Keine Kurse.

### Januar

- 8. Kursbeginn nach den Schulferien
- 15. Vorstandssitzung
- 25./26. Urdorfer Kürkonkurrenz

### Februar

- 12. Vorstandssitzung
- 15. Beginn Schulferien. Keine Kurse

### März

- bis 01. Schulferien
- 11. Vorstandssitzung
- 21. Sternli-Tests (von 7.00 - 11.00 Uhr)

### April

- xx Saisonabschluss (wird noch bekannt gegeben)

Geplant ist eine Teilnahme am Aarauer Cup. Das Datum ist noch nicht bekannt.

Seit über 10 Jahren Ihr Partner für:

## **Geschäftsdrucksachen**

Visitenkarten | Briefpapier | Kuverts  
Prospekte | Broschüren | Einladungen  
Antwortkarten | Gutscheine | Glückwunschkarten  
Geschäftsberichte | Kopierservice A4 bis A3  
farbig und schwarz- Weiss

## **Privatdrucksachen**

Geburtskarten | Einladungskarten  
Dankeskarten | Hochzeitskarten  
Menükarten | Tischkärtli | Leidzirkulare  
Danksagungskarten | Diplomarbeiten  
Postkarten

## **Diverses**

Grafikdesign  
Bildbearbeitungen  
Scan-Arbeiten | Laminieren  
Metall-Ring-Bindungen