

Vereinstrainings Eislaufverein Herisau (EVH)

Hauptsaison (Winter)

Beginn: KW43

Ende: KW14

keine Trainings in den Schulferien Herisau,
aber Eisbenutzung gemäss Belegungsplan Sporzi möglich

EVH Winter	Prinzessinen und Prinzen - Kinderkurs	0* bis 2*	3* und 4*	SIS (ab Interbronze)	Erwachsene - Anfängerkurs
Motto	Juhui, ich darf aufs Eis!	Freude an Flug und Pirouette.	Ich laufe meine erste Kür!	Wettkampfziele: SM-Teilnahme?	Auch wir kriegen die Kurve!
Training bei	J+S-Leiterin, Monitricen	J+S-Leiterin oder Trainerin	J+S-Leiterin oder Trainerin	Trainerin	Trainerin
Kosten	Kurskosten 160.- CHF (1 Clubtraining) (Variante intensiv: 190.- CHF, 2 Trainings)	Clubbeitrag 230.- CHF (1 Clubtraining) (Variante intensiv: 310.- CHF, 2 Trainings)	Clubbeitrag 230.- CHF (1 Clubtraining) (Variante intensiv: 310.- CHF, 2 Trainings)	Clubbeitrag 230.- CHF (1 Clubtraining) (Variante intensiv: 340.- CHF, 2 Trainings)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; transform: rotate(-45deg); display: inline-block;"> nur bei genügend Bedarf. </div>
intensive, leistungsorientierte Variante	4 zusätzliche Termine	EVH-Fördergruppe: 2 Clubtrainings Trainerin Bedingung: mind. 4 mal pro Saison 15 Min. Privatlektionen	EVH-Vorkader: 2 Clubtrainings Trainerin Bedingung: mind. 15 Min. Privatlektionen pro Woche	EVH-Kader: 2 Clubtrainings Trainerin Bedingung: mind. 20 Min. Privatlektionen pro Woche	
Off-Ice	-	40 Minuten	40 Minuten	40 Minuten	
Wettkämpfe	nein	Sternlitest, Säntiscup, weitere regionale Wettkämpfe nach Absprache	Sternlitest, Säntiscup, weitere regionale Wettkämpfe nach Absprache	SwissCup, Säntiscup, OEV, weitere Wettkämpfe nach Absprache	
Spezielles	Schaulaufen, Chlaus	Schaulaufen, Chlaus	Schaulaufen, Chlaus	Schaulaufen	

Bemerkungen:

Die Eiskosten für die EVH-Trainings sind im obigen Preis enthalten. Im Sporzi kann eine **Saison-Karte für zusätzliche Trainings** auf öffentl. Eis/Pattheis gekauft werden.
 Wer eine **Kür einstudieren** möchte, muss **Privatlektionen** vereinbaren. Vereinbarung auf individueller Basis direkt mit den Trainerinnen.
 Ebenfalls direkt mit den Trainerinnen werden allfällige Wettkampf-Betreuungen vereinbart.
 Zusätzlich werden in der Regel von den Trainerinnen **in der ersten Woche der Frühlings- und der letzten Woche der Sommerferien Trainingscamps in Herisau** angeboten.
 Es erfolgen dafür separate Ausschreibungen.

Stand September 2021, Änderungen vorbehalten!

(Preisänderungen werden von der GV des Eislaufvereins Herisau oder vom Vorstand beschlossen.)

Vereinstrainings Eislaufverein Herisau, Vor- und Nachsaison

Nachsaison (Frühling-Sommer)

Beginn: KW17 (26. April 2021)

Ende: KW26 (3. Juli 2021)

keine Trainings in den Schulferien Herisau,
aber Eisbenutzung gemäss Belegungsplan Sporzi möglich -> Patch-Eis

EVH Frühling	Prinzessinnen und Prinzen	0* bis 2*	3* und 4*	SIS (ab Interbronze)	Erwachsene - Anfängerkurs
Motto	S'macht so richtig Spass!	Abkühlen vor der Badi.	Meine Kür wird noch etwas fetziger.	Levels!Sprünge!SuperPerformance.	Nach der Kurve in die Luft!
Training bei	J+S-Leiterin, Monitricen	J+S-Leiterin oder Trainerin	J+S-Leiterin oder Trainerin	Trainerin	Trainerin
Kosten	Kurskosten 120.- inkl. Off-Ice	Kurskosten 120.- inkl. Off-Ice	Kurskosten 160.- inkl. Off-Ice	Kurskosten 160.- inkl. Off-Ice	
intensive, leistungsorientierte Variante	1 mal/Woche alleine üben evtl. Privatlektionen bei Kursleiterin oder Trainerin	EVH-Fördergruppe mind. 1 mal/Woche alleine üben mind. 2-3 mal 20 Min. Trainerlekt. in der Nachsaison	EVH-Vorkader mind. 1 mal/Woche alleine üben mind. 3-5 mal 20 Min. Trainerlekt. in der Nachsaison	EVH-Kader mind. 1 mal/Woche alleine üben mind. 20 Min. Trainerlekt. pro Woche Tanzunterricht sehr empfohlen	nur bei genügend Bedarf.
Off-Ice	60 Minuten	60 Minuten	60 Minuten	60 Minuten	

Vorsaison (Herbst)

Beginn: KW32 (9. August 2021)

Ende: KW39 (2. Oktober 2021)

keine Trainings in den Schulferien Herisau,
aber Eisbenutzung gemäss Belegungsplan Sporzi möglich -> Patch-Eis

EVH Herbst	Prinzessinnen und Prinzen	0* bis 2*	3* und 4*	SIS (ab Interbronze)	Erwachsene - Anfängerkurs
Motto	Wir sind ja bald Königinnen und Könige.	Gefrorenes Wasser wird immer wichtiger.	Kleid und Kür sitzt - es kann bald losgehen.	Na, ja: Eine 1/4 Drehung braucht noch...	... nun dreht es auch noch schnell! :-)
Training bei	J+S-Leiterin, Monitricen	J+S-Leiterin oder Trainerin	J+S-Leiterin oder Trainerin	Trainerin	Trainerin
Kosten	Kurskosten 100.- inkl. Off-Ice	Kurskosten 100.- inkl. Off-Ice	Kurskosten 140.- inkl. Off-Ice	Kurskosten 140.- inkl. Off-Ice	
intensive Variante	wie im Frühling	wie im Frühling	wie im Frühling	wie im Frühling	nur bei genügend Bedarf.
Off-Ice (60 Min.)	60 Minuten	60 Minuten	60 Minuten	60 Minuten	

Die Eiskosten für die Trainings sind im Preis enthalten. Von April-Sept. ist für EVH-Mitglieder das **Patch-Eis gratis benutzbar**, wird aber verbindlich gebucht. Nicht abgemeldete Absenz muss selber bezahlt werden. Wer eine **Kür einstudieren** möchte, muss **Privatlektionen** vereinbaren. Vereinbarung auf individueller Basis direkt mit den Trainerinnen. Zusätzlich werden in der Regel von den Trainerinnen **in der ersten Woche der Frühlings- und der letzten Woche der Sommerferien Trainingscamps in Herisau** angeboten. Es erfolgen separate Ausschreibungen.

Stand September 2021, Änderungen vorbehalten! Insbesondere die Eiszeiten können sich noch ändern, wir sind da von den Belegungsmöglichkeiten im Sportzentrum Herisau abhängig und können nicht alleine planen. (Preisänderungen werden von der GV des Eislaufvereins Herisau oder vom Vorstand beschlossen.)

Erläuterungen zum Trainingskonzept

Basisvariante und intensive Variante:

Für alle Niveaus gibt es eine **Basisvariante** und darauf aufbauend die intensivere, **leistungsorientiertere Variante**. So soll für alle Interessen (Hobbyläuferinnen und ambitionierte Läuferinnen) ein gutes Angebot bestehen. Grundsätzlich wird in allen Trainings gutes Mitmachen erwartet, die Leistungsorientierung tritt aber in der intensiven Variante (Fördergruppe, Vorkader, Kader) noch deutlicher hervor. Hier werden deshalb auch ein Minimum an Privatstunden als Bedingung gesetzt.

Leitung der Trainings:

Auf den tieferen Niveaus sind meist **Kursleiterinnen** im Einsatz. Diese haben mindestens eine J+S-Leiterinnen-Ausbildung und werden teilweise von Monitricen unterstützt. Auf den höheren Niveaus werden die Trainings in der Regel von **Trainerinnen** geleitet. Gruppenzusammensetzungen und Einteilungen nimmt die TK in Zusammenarbeit mit den Kursleiterinnen und Trainerinnen vor. Je nach Anmeldezahlen können Abweichungen nötig werden, es geht vielleicht nicht immer so schön ideal auf!

Finanziell:

Verglichen mit anderen Vereinen sind unsere Beiträge sowohl in der Basis- als auch in der Intensiv-Variante günstig.

Schaulaufen/Chlaus/Säntiscup:

Weiterhin wichtigster Vereinsanlass ist der **Säntiscup**, wo wir auf die Mitarbeit der älteren Läuferinnen und der Eltern angewiesen sind. (Ohne Mitarbeit an diesem Anlass erhöht sich der Vereinsbeitrag um 50.- CHF). Der **Chlaus** für die Kleinen wird den Weg vom Rechberg wieder in die Eishalle finden und unsere jüngeren Läuferinnen und Läufer besuchen. Einmal pro Jahr wollen wir mit allen Clubmitgliedern zusammen ein **Schaulaufen** zeigen. Dies soll den Verein etwas besser sichtbar machen und so ebenfalls zur Stärkung beitragen.

Nach- und Vorsaison:

In Herisau haben wir gute Bedingungen für die Nach- und Vorsaison. Es gibt viele Eiszeiten, die von den EVH-Läuferinnen und -läufern genutzt werden können. **Nutzt dieses tolle Angebot fleissig!!**

Wir wünschen Euch allen erfolgreiche, sportliche und erfüllende Eisstunden! Vorstand und TK EV Herisau