



# INFORMATIONEN FÜR ANFÄNGER

Eishockey-Einsteiger finden hier ein paar interessante Informationen über die schnellste Mannschaftssportart der Welt.

Gerade für Eltern sind Informationen über den Sport ihrer Kinder äußerst wichtig. Diese hier zusammengestellten Informationen sollen die Fragen beantworten, die in den vergangenen Jahren häufig an die Organization, Betreuer und Trainer gestellt wurden. Sollten aber dennoch Fragen offen bleiben, die hier nicht aufgelistet oder beantwortet sind, dann können diese natürlich an die jeweiligen Mannschaftsführer gestellt werden, die sicherlich gerne weiter helfen.

Der Fragen&Antworten-Katalog lebt natürlich weiter und wird stets durch weitere sinnvolle Fragen und Antwortenkombinationen ergänzt.

Ihre Ansprechpartner für alle Fragen rund um den sportlichen Bereich und die Laufschule der Kitz Youngsters :

Tomas Brdicko (Nachwuchschefcoach)

Katrin Achhorner (Nachwuchsorganisation)

**Bei Interesse die Anfragen bitte an folgende E-Mailadresse richten:**

[office@dieadler.at](mailto:office@dieadler.at)

## ***Hier nun die häufigsten Fragen & Antworten:***

1. Welches Alter ist optimal für den Einstieg?
2. Wie teuer ist Eishockey?
3. Wie gut muss man Schlittschuhlaufen können?
4. Wie gefährlich ist Eishockey?
5. Was braucht man an Ausrüstung?
6. Dürfen auch Mädchen Eishockeyspielen?
7. Wie werde ich ein junger Adler?
8. Wird ein Schnuppertraining angeboten?
9. Darf ich auch zu den Spielen der Adler Kitzbühel?
10. Wo wann und wie oft ist Training?
11. Was ist, wenn es doch mal zu Verletzungen kommt?
12. Wie lange bin ich in der Laufschiule?
13. Wer zieht die Kinder an?
14. Wie kann ich mein Kind beim Training unterstützen?
15. Wieso darf ich mich nicht auf der Spielerbank aufhalten?
16. Wie ist die Eishockeyschule der Kitz Youngsters organisiert?
17. Was ist im Sommer?

18. Was muss ich beim Schlittschuh Kauf beachten?

19. Wie sind die Altersklassen im Eishockeysport definiert?

### **1. Welches Alter ist optimal für den Einstieg?**

Eishockey zählt zu den schnellsten und vielleicht schwierigsten Mannschaftssportarten der Welt. Deshalb halten wir eine fundierte und qualifizierte Ausbildung für besonders wichtig.

Grundsätzlich ist es von Vorteil, wenn die Kinder schon möglichst früh das Schlittschuhlaufen erlernen. Sobald sie sich mit fremden Leuten unterhalten können und auch mal eine Stunde ohne Mama und Papa auskommen, steht einer Eishockeykarriere nichts im Wege.

Dies ist in der Regel ab 3 ½ Jahren erreicht. Das beste Alter zum Anfangen ist aus langjährigen Erfahrungen zwischen 4 - 6 Jahren. Zwischen 6 und 8 Jahren ist ein Einstieg noch möglich, diesen Kindern fehlt dann aber die Spielerfahrung und das schlittschuhläuferische Können, dass sich die Mannschaftskameraden angeeignet haben. Ein späterer Einstieg für Kinder ab 9 Jahren ist nicht zu empfehlen.

### **2. Wie teuer ist Eishockey?**

Durch die erforderliche Ausrüstung und den Energiebedarf für die Eisflächen, gehört Eishockey nicht zu den finanziell sparsamsten Sportarten. Zudem ist der Verein ständig bemüht mit allen Altersklassen.

**Ausrüstung:**

**Auch in der Laufschule wird eine komplette Ausrüstung benötigt.**

**Der Kitz Youngsters schätzt sich glücklich in der Lage zu sein, eine Leihrüstung gegen eine Gebühr von € 30,00 pro Saison.**

Später wenn eine eigene Ausrüstung gewollt wird, ist es bei uns üblich, dass sich die Eltern die Ausrüstung gegenseitig verkaufen. Streng nach dem Motto "Eltern älterer Kinder, helfen Eltern jüngerer Kinder". Aber auch wenn eine neue Ausrüstung gekauft wird, stehen die Adler Kitzbühel gerne beratend zur Seite.

### **Leihen einer Ausrüstung:**

\* Leihgebühr € 30,00 pro Saison

\* Schleifen € 10,00 pro Saison

### **Beiträge:**

Laufschule + U9 € 100,00

U11 € 200,00

U13 + U15 € 300,00

### **3. Wie gut muss man Schlittschuhlaufen können?**

Die Laufschule nimmt Kinder zwischen 4 - 6 Jahren auf. Kinder, die in diesem Alter anfangen, werden alle sehr gute Schlittschuhläufer. Kinder zwischen 7 und 8 Jahren, die bereits gut bis sehr gut Schlittschuhlaufen können, haben höhere Chancen auf die Integration in ihre Mannschaft. Noch ältere Kinder werden nur mit schlittschuhläuferischer Ausbildung direkt in die altersentsprechende Mannschaft integriert.

### **4. Wie gefährlich ist Eishockey?**

Eishockey ist dank der vorgeschriebenen Ausrüstung weit weniger gefährlich, als die meisten anderen Mannschaftssportarten. So weist Eishockey statistisch weit weniger Verletzungen auf als Fußball, Handball etc. Verletzungen kommen äußerst selten vor. In den jüngeren Jahrgängen sind Verletzungen die absolute Ausnahme. Auch das viel gescholtene Bild des zahnlosen Eishockeyspielers gehört der Vergangenheit an. Diese Haudegen stammen aus einer Zeit, als im Tor noch ohne Gesichtsschutz gespielt wurde.

### **5. Was braucht man an Ausrüstung?**

Die komplette Ausrüstung besteht aus folgenden Teilen:

- Helm mit Gitter
- Zahnschutz
- Halsschutz
- Brustschutz
- Ellenbogenschützer
- Handschuhe
- Eishockeyhose
- Tiefschutz
- Strapse (für Stutzen)
- Schienbeinschoner
- Stutzen

- Eishockeyschuhe
- Schwitzanzug oder Unterwäsche mit langem Bein u. Arm
- Tasche
- Eishockeyschläger

In den ersten Stunden auf dem Eis ist der Helm mit Gitter besonders wichtig, da die Gefahr des unkontrollierten Sturzes nach vorne oder hinten relativ groß ist. Aus diesem Grunde stellt der Verein den Helm nur mit Gitter zur Verfügung, oder dein Helm hat ein Gitter. Das Schlittschuhlaufen und das Spielen auf dem Eis sind sehr bewegungsintensiv. Aus diesem Grund empfehlen wir eine Körperpflege (Duschen oder Waschen) nach dem Training. In dem Sportpark Kitzbühel sind dafür ausreichend Möglichkeiten vorhanden. Da während dem Laufschultraining Trinkpausen stattfinden ist es erforderlich eine eigene Trinkflasche mitzubringen, daß alle Kinder ausreichend mit Flüssigkeit versorgt werden.

## **6. Dürfen auch Mädchen Eishockey spielen?**

Keine Frage! Klar dürfen Mädchen auch Eishockey spielen. Bis zur Jugend spielen und trainieren Mädchen und Jungen gemeinsam. Für junge Frauen geht es dann zu einer Frauenmannschaft, welche wir auch bei uns im Verein haben. Mädchen, die im Kindergartenalter mit dem Eishockeysport beginnen, haben große Chancen einmal in der Nationalmannschaft zu spielen! Für weniger ehrgeizige gilt: das Schlittschuhlaufen werden sie auf jeden Fall nicht mehr verlernen.

## **7. Wie werde ich ein junger Adler?**

Nichts ist einfacher als das. Holt euch einfach beim Katrin Achhorner einen Mitgliedsantrag, füllt ihn aus und gebt ihn dort auch wieder ab. Alternativ könnt ihr euch auch den Antrag auf unserer Webseite herunterladen, ausfüllen, und beim Katrin Achhorner oder Trainern wieder abgeben.

## **8. Wird ein Schnuppertraining angeboten?**

Jeder, der aktiv Eishockey spielen möchte, ist bei dem Kitz Youngsters herzlich willkommen. Eltern und Kinder haben die ersten 5 Trainingseinheiten die Möglichkeit herauszufinden, ob denn Eishockey der richtige Sport ist. Die Kinder nehmen in dieser Zeit ganz normal am Training der Laufschule teil.

Die Einstiegstermine werden nach Rücksprache und zuvor erfolgter Anmeldung festgelegt.

Beachte bitte, dass du auch für das Schnuppertraining eine entsprechende Ausrüstung benötigst. Bitte sprich dich mit Katrin Achhorner ab, wann du dir die Ausrüstung ausleihen kannst.

Nach der Probezeit besprechen die Trainer mit den Eltern wie es weitergeht.

### **9. Darf ich auch zu den Spielen der Adler Kitzbühel?**

Kinder unter 15 Jahren haben freien Eintritt bei den Spielen der Adler Kitzbühel.

### **10. Wo wann und wie oft ist Training?**

Generell findet das Training in der Sportpark Kitzbühel (von Mitte August) statt. Das Sommertraining findet das Training vor allem auf dem Fußballplatz in Kitzbühel statt. Es wird 2 mal wöchentlich Training für Kinder der Laufschule angeboten. Der Verein verständigt alle Mitglieder automatisch über die Trainingszeiten. Sollten Ihnen keine Trainingszeiten bekannt sein, sprechen sie mit Katrin Achhorner an. Informationen über die Trainingszeiten erhalten sie aber auch auf der Homepage.

### **11. Was ist, wenn es doch mal zu einer Verletzungen kommt?**

Erstversorgung erfolgt durch die Trainer und Betreuer, falls notwendig wird ärztliche Hilfe beigezogen bzw. die Rettung verständigt. Der Verein übernimmt keine Haftung.

### **12. Wie lange bin ich in der Laufschule?**

Die Kinder werden je nach Können in Gruppen aufgeteilt, in denen nach verschiedenen Methoden mit qualifizierten Trainern das Schlittschuhlaufen geübt wird. Je nach Fortschritt ihres Kindes steht am Ende der Laufschule der Übertritt in eine der Eishockeymannschaften. Im ersten Übergangsjahr empfiehlt es sich auf jeden Fall noch, die Laufschule zu besuchen. Die Trainer und Organization werden sie diesbezüglich gerne beraten.

### **13. Wer zieht die Kinder an?**

In der Laufschule helfen die Eltern ihren Kindern die Ausrüstung anzuziehen. Sollten sie Fragen haben, wie das ein oder andere Ausrüstungsstück angezogen wird, hilft ihnen einer der Betreuer gerne weiter. Während der Trainingszeit kümmern sich in erster Linie die Betreuer um die Kinder. Der Nachwuchs wird durch die Betreuer mit Trinken versorgt, sie kümmern sich um den ordnungsgemäßen Sitz der Ausrüstung, betreuen ihn bei kleinen Wehwehchen, kurzum ihre Kinder werden rundum gut versorgt. Bitte halten sie sich im Zuschauerbereich

(Tribüne) außerhalb der Spielerbänke auf. Bei den Kleinstschülern kümmern sich die Betreuer von Anfang an um die Spieler. Sie brauchen also ihr Kind ‚nur noch abzugeben‘. In dieser Phase lernen die Kinder sich selbst anzuziehen. Bei den Schlittschuhen helfen die Betreuer noch mit.

#### **14. Wie kann ich mein Kind beim Training unterstützen?**

Eltern sind oft sehr ehrgeizig, und erwarten von ihren Zöglingen eine Menge. Dieser Ehrgeiz ist auch richtig und erwünscht. Oft ist es aber für die Entwicklung und den Fortschritt der Kinder besser wenn sie trainieren, ohne den Druck der Eltern zu spüren. Die meisten Kinder trainieren ungezwungener und dadurch effektiver, wenn sie nicht unter dem Einfluss ihrer Eltern stehen. Überlassen Sie das Training den Trainern, die wissen, wann und wie sie ihren Kindern das Eishockeyspielen und Eislaufen beibringen. Entspannen Sie sich, und beobachten das Training in einiger Distanz auf den Zuschauerrängen. Sollten Sie mit der ein oder anderen Trainingsmethode nicht einverstanden sein, sprechen Sie mit dem Trainer, dem Übungsleiter oder persönlich darüber, er wird Ihnen bestimmt zuhören. Irritieren Sie bitte nicht Ihr Kind durch gut gemeinte Ratschläge während der Trainingszeiten. **ELTERN SIND KEINE TRAINER!!**

#### **15. Wieso darf ich mich nicht auf der Spielerbank aufhalten?**

Der Spielerbereich ist, wie es der Name schon sagt, für Spieler und Betreuer vorgesehen. In diesem Bereich besteht eine erhöhte Verletzungsgefahr für Personen ohne besondere Schutzausrüstung. Der Bereich hat keine Plexiglasumrandung und Kinder laufen mit Schlittschuhen in diesem Bereich. Versicherungen verweigern Personen den Schutz, die sich unberechtigt in diesem Bereich aufhalten.

#### **16. Wie ist die Eishockeylaufschule der Kitz Youngsters organisiert?**

Das Team der Laufschule:

Trainer: Tomas Brdicko, Mario Ebner u. Josi Riener

Organisation: Katrin Achhorner

#### **17. Was ist im Sommer?**

Die Eishockey-Saison dauert in der Regel von Anfang/Mitte August bis Ende März. Für Kinder der Nachwuchsmannschaften findet ein Sommertraining statt. Im Sommer haben auch die Laufschüler 1-3 Mal der Woche Training. Trainingsplan ist auf der Homepage zu sehen.

## **19. Was muss ich beim Schlittschuh-Kauf beachten?**

Beim erstmaligen Anziehen von neuen Schlittschuhen entsteht häufig der Eindruck, dass die Schuhe zu klein sind. Achten Sie darauf, den Schuh mindestens 2x fest zu binden, um die Ferse in die Fersenpolsterung zu drücken. Bei breiten Füßen oder bei Senk- und Spreizfüßen ist es wichtig, Schuhe in der Weite E oder EE zu probieren. Bei problematischen Füßen ist es von großem Vorteil, die Schuhe in einem speziellen Umluftofen bearbeiten zu lassen. Das so genannte "Thermofitting", bei dem die Schuhe bei 80°C 8 min geformt werden, bietet dann die optimale Passform Ihrer Schlittschuhe. Die Schuhlänge sollte ca. 6-10mm größer sein als der Fuß. Am Besten kann man dies feststellen, wenn man bei der Anprobe die Einlegesohle herausnimmt.

Weiten: C = schmal, D = mittel, E = weit, EE = extra weit

## **20. Wie sind die Altersklassen im Eishockeysport definiert?**

Obwohl die Eishockey-Saison von Juli –Mai geht, ist der Stichtag für die Altersgrenze der 01.01. Kinder, die nach dem 31.12. Geboren sind zählen zum nächst jüngeren Jahrgang. Aufteilung der Jahrgänge als Beispiel für die Saison 2019/2020:

- Team, Jg
- U 7: Jg. 2013 und jünger
- U 9: Jg. 2011 und jünger
- U11: Jg. 2009 und jünger
- U13: Jg. 2007 und jünger
- U15: Jg. 2005 und jünger

Mit der ab der Saison 19/20 umgesetzten Altersklassenreform entfallen die bekannten Namen für die Mannschaften und werden mit "U" genannt. Die U9 spielt noch auf der geteilten Eisfläche im 1 Minuten Zeittakt. Ab der U11 geht es dann auf der ganzen Eisfläche um sportliche Ehren. Offizielle Meisterschaften werden erst ab der U13 ausgetragen.