

SKATE AUSTRIA SAISONVORBEREITUNG IMPULSTAGE MAI/JUNI 2023

Um eine bestmögliche Saisonvorbereitung zu gewährleisten, hat Skate Austria besondere Angebote für alle (Bundeskader-) Athlet:innen geplant. Das Frühsommer-Programm soll nicht nur hochwertige Impulse zur Verbesserung der Leistung setzen, sondern auch die Möglichkeit geben, neue Potentiale zu entdecken und diese gezielt zu fördern.

Als Basis für ideale Trainingsbedingungen stellt Skate Austria Eiszeiten in der Eishalle Gmunden zur Verfügung. Bundeskaderathlet:innen können diese Trainingszeiten zu einem vergünstigten Tarif nutzen. Aufgrund der extrem gestiegenen Energiekosten müssen die Zusatzkosten komplett von Skate Austria übernommen werden, um den Betrieb zu ermöglichen.

In Gmunden, Telfs und Wien werden Impulstage durchgeführt um in allen Regionen Athlet:innen und Trainer:innen profitieren zu lassen.

Kontakt & Rückfragen

Per E-Mail an: office@skateaustria.events

1. Trainingsmöglichkeit in Gmunden

Eistraining mit Eigen- und/ oder Gasttrainer:innen

Als Basis für ideale Trainingsbedingungen stellt Skate Austria die Eishalle in Gmunden Eiszeiten im Juni zur Verfügung.

Zeiten

2. Juni – 9. Juli 2023 von 9:00-19:00 Uhr

Kosten

Für Bundeskaderathlet:innen werden die Eisgebühren durch Skate Austria gefördert.

Preise (alle Preise inkl. 20% MwSt.)

| | 1 Patch | 10 Patches | 20 Patches |
|----------------------------------|-----------------|------------|------------|
| Einzelathlet:innen | 12 € | 100 € | 200 € |
| Bundeskader-Einzelathlet:innen | 5 € | 40 € | 60 € |
| Paarlaufen, Eistanzen (pro Paar) | 24 € | 200 € | 400 € |
| Bundeskader pro Paar | 10 € | 80 € | 120 € |
| SYS | 1 Stunde: 200 € | | |
| SYS-Kader | 1 Stunde: 160 € | | |
| SYS-Kader & Nicht-Kader | 1 Stunde: 180 € | | |

Keine Kosten für Trainer:innen am Eis.

Anmeldung

Die Registrierung und die Stundeneinteilung erfolgt über ein eigenes Online-Buchungssystem. Patch-Buchungen können ausschließlich durch die Vereine vorgenommen werden und müssen im Vorfeld bezahlt werden. Der Link sowie die Logindaten werden den interessierten Vereinen zugesandt - bitte daher um Kontaktaufnahme an miriam.ziegler@skateaustria.at bei Interesse an dieser Trainingsmöglichkeit.

2. Impulstage

Im Zentrum der Skate Austria Saisonvorbereitung stehen die Impulstage zu Sprung- und Pirouettentechnik, Skating Skills, Components, Choreographie und Ausdruck.

Wir freuen uns, dass wir für dieses neue Angebot international renommierte Trainer:innen, Vortragende und Choreograph:innen gewinnen konnten. Die Impulstage sind für alle Athlet:innen und Disziplinen offen. Wir möchten unsere Athlet:innen und Trainer:innen dazu inspirieren Neues zu probieren, Impulse geben und die Kreativität und Kompetenzen fördern.

Skate Austria hat internationale Gasttrainer:innen und Vortragende für unten angeführte Zeiträume eingeladen. Athlet:innen und Trainer:innen können neben ihrem eigenständigen Training vor Ort an den Impulstagen teilnehmen und Fortbildungen besuchen. Unterkunft und Aufenthalt sind eigenständig zu organisieren.

Anmerkung Gruppeneinteilung Impulstage:

Wir bitten um Verständnis, dass die Einteilung der Gruppen entsprechend des Könnens durch die Leitung der Impulstage getroffen. Gruppenänderungen können dann ausschließlich durch die Vortragenden vor Ort aufgrund ihrer Erfahrung vorgenommen werden.

Trainer:innen Teilnahme und Fortbildung

Die Teilnahme der Trainer:innen an den Impulstagen ist erwünscht und es wird designierte Stunden für die Trainer:innen-Fortbildung geben. Die Fortbildungseinheiten werden komprimiert an 1-2 Tagen der Impulstage stattfinden. Eine Teilnahme kann auch ohne Teilnahme eigener Athlet:innen an den Impulstagen erfolgen. Trainer:innen steht es natürlich frei auch weitere Einheiten, die nicht als Fortbildungseinheiten gekennzeichnet sind, zu besuchen.

10 UE pro Termin werden als Trainer*innen-Fortbildung angerechnet.

Anmeldung

per SAP - Skate Austria Portal im Zeitraum 20.03.2023 bis 18.04.2023

Die genauen Zeiten der Fortbildung werden bis eine Woche vor den Impulstagen an die angemeldeten Personen übermittelt, aber geblockt an max. 2 Tagen (WE) stattfinden.

18.5.-21.5.23 Impulstage Telfs
Sprung- und Pirouettentechnik, Skating Skills, Performance und Interpretation und mentale Gesundheit im Sport

Vortragende

Rafaella Cazzaniga, Christina Lechner, Marina Philippova, Ravi Walia

Angebot

Im Mittelpunkt stehen Technikeinheiten zu Sprüngen und Pirouetten. Ziel dieses Workshops ist die Verbesserung der technischen Basis von Sprüngen und Pirouetten der Athlet:innen – die Steigerung der GOEs (Qualität der Elemente) sowie stabile gute technische Levels. Skating Skills und Performance Einheiten on- und off-ice runden die Impulstage ab. Eine gute Lauftechnik legt die Grundsteine einer facettenreichen und spannenden Choreographie. Alle Teilnehmer:innen haben begleitend Off-ice Modern Dance – Einheiten zur Verbesserung des Rhythmusgefühls und dem künstlerischen Ausdruck in verschiedenen Musikstilen.

Das Thema mentale Gesundheit und Sport wird gemeinsam mit Mag.^a Christina Lechner mit Athlet:innen und Trainer:innen erarbeitet. Im Fokus steht bei diesen Impulstagen das Thema Wertschätzung nach innen und außen.

- Technikeinheiten Sprünge und Pirouetten (Gruppentraining)
- Skating Skills und Performance Stunden am Eis (Gruppentraining)
- Ausdruck und Performance – Tanz Off-Ice (Gruppentraining)
- Off-Ice Workshop mentale Gesundheit und Sport

Kosten 180 € / Athlet:in mit Österr. Läufer:innenlizenz
 Bundeskader-Athlet:innen kostenfrei

Trainer:innen-Fortbildung

Dieser Lehrgang soll Trainer:innen neue Impulse in den Bereichen Techniktraining und Skating Skills geben.

Bei Besuch aller Fortbildungseinheiten werden 10UE angerechnet.

Nur der Workshop zu mentaler Gesundheit und Sport kann auch unabhängig von den anderen Einheiten als Trainer:innenfortbildung für alle Disziplinen besucht werden. Er wird mit 3UE anerkannt.

Kosten 10 UE 100 € / Termin mit Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
 130 € / Termin ohne Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
 Kostenfrei für Trainer:innen von Bundeskader-Athlet:innen

Kosten 3UE 20 € / Termin mit Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
30 € / Termin ohne Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
Kostenfrei für Trainer:innen von Bundeskader-Athlet:innen

[VITA Raffaella Cazzaniga](#)

[VITA Ravi Walia](#)

[VITA Marina Philippova](#)

26.-29.5.23 Impulstage Wien
Eistanz, SYS und Ernährung (alle Disziplinen)

Vortragende

Galina Churilova, Pascal Denis, Roberta Giuliani, Isabella Grabner-Wollek

Der Eistanz-Part eignet sich für bestehende Eistanzpaare, die ihre technischen Fähigkeiten verbessern wollen und soll Anregungen und Inputs für die kommende Saison bieten.

Der SYS-Part eignet sich für bestehende Teams (Trainer:innen und Athlet:innen) um an bereits erlernten und neu zu lernenden Elementen zu arbeiten.

Das Ziel dieser Impulstage ist die Verbesserung der technischen Levels und die Steigerung der Qualität der Elemente (GOEs).

Ebenso gibt es einen praxisorientierten Vortrag über die neuesten Erkenntnisse über Sport und Ernährung von Ernährungswissenschaftlerin Mag.^a Isabella Grabner-Wollek von Leistungssport Austria für Athlet:innen und Trainer:innen in einer gewichtssensiblen Sportart.

- Skating Skills Stunden für teilnehmende Athlet*innen
- Trainer:innenfortbildung on- und off-ice
- Hilfestellung bei der technischen Optimierung von einzelnen Elementen
- Workshop Ernährung und Sport für Athlet:innen und Trainer:innen

Kosten Eistanz 180 € / Athlet:in mit Österr. Läufer:innenlizenz
Bundeskader-Athlet:innen kostenfrei

Kosten SYS 50 € / Bundeskader-Athlet:in
100 € / Athlet:in mit Österr. Läufer:innenlizenz

Individuelle Einheiten (Choreographie) auf Anfrage, bei Interesse bitte wir um Kontaktaufnahme mit office@skateaustria.events

Trainer:innen-Fortbildung

Für Trainer:innen gibt es zusätzlich zu den Einheiten am Eis ein Fortbildungsseminar zu den technischen Regeln im Synchronislaufen mit der ISU Technischen Spezialistin Roberta Giuliani.

Der Vortrag zu Ernährung kann auch unabhängig von den anderen Einheiten als Trainer:innenfortbildung für alle Disziplinen besucht werden. Er wird mit 3 UE anerkannt.

Kosten 10 UE 100 € / Termin mit Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
 130 € / Termin ohne Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
 Kostenfrei für Trainer:innen von Bundeskader-Athlet:innen

Kosten 3UE 20 € / Termin mit Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
 30 € / Termin ohne Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
 Kostenfrei für Trainer:innen von Bundeskader-Athlet:innen

[VITA Pascal Denis](#)

[VITA Galina Churilova](#)

8.-11.6.22 Impulstage Gmunden
Skating Skills, Choreographie; Athletiktraining, Verletzungsprävention und Anthropometrie

Vortragende

Mark Pillay, Myriam Turgay-Leuenberger, TBD Leistungssport Austria

Angebot

Mark Pillay legt in seinen Edge-Kursen den Schwerpunkt auf Musikalität und Rhythmus mit dem Ziel Oberkörperbewegungen und Rhythmuswechsel zu verbessern. Es soll sich an das Erlernen von Choreographien gewöhnt werden und der Spaß an verschiedenen Bewegungsstilen vermittelt werden.

Im Athletiktraining sollen den Athlet:innen Grundkenntnisse in den Bereichen Kraft-, Koordinations- und Ausdauertraining näher gebracht werden. Ein besonderes Augenmerk wird auf die Entwicklung der Rumpf- und Stützkraft gelegt – dies auch mit dem Aspekt der Verletzungsprävention.

- Skating Skills und Choreographie-Stunden (Gruppentraining)
- Athletiktraining, Verletzungsprävention
- Anthropometrie-Vortrag
- Individuelle Einheiten (Choreographie) im Zeitraum 5.6.-30.06.2023 auf Anfrage

Kosten 180 € / Athlet:in mit Österr. Läufer:innenlizenz

Bundeskader-Athlet:innen kostenfrei

Individuelle Einheiten (Choreographie) auf Anfrage, bei Interesse bitte wir um Kontaktaufnahme mit office@skateaustria.events

Trainer:innen-Fortbildung

Im Choreographie-Lehrgang sollen die Elemente wie Musikauswahl, Effektivität von Schrittfolgen, Vorbereitung der Läufer*innen auf die Arbeit mit einem Choreografen uvm. behandelt werden.

Myriam Turgay-Leuenberger wird die Bedeutung von Krafttraining im Hinblick auf Verletzungsprävention verdeutlichen und Anregungen darüber geben, wie man eiskunstlaufspezifisch im Krafraum arbeiten kann.

Die Anthropometrie ist die Lehre von den Maßverhältnissen des Körpers. Die Körperzusammensetzung und das relative Körpergewicht haben einen großen Einfluss auf Leistung und Gesundheit der Athlet:innen. Die Beobachtung der körperlichen Entwicklung durch Training sowie Regeneration und Ernährung liefern wertvolle Zusatzinformationen der Leistungsentwicklung.

Der Vortrag zu Anthropometrie kann auch unabhängig von den anderen Einheiten als Trainer:innenfortbildung für alle Disziplinen besucht werden. Er wird mit 3 UE anerkannt.

Kosten 10 UE 100 € / Termin mit Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
130 € / Termin ohne Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
Kostenfrei für Trainer:innen von Bundeskader-Athlet:innen

Kosten 3UE 20 € / Termin mit Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
30 € / Termin ohne Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
Kostenfrei für Trainer:innen von Bundeskader-Athlet:innen

[VITA Mark Pillay](#)

[VITA Myriam Turgay-Leuenberger](#)

15.6.-18.6.22 Impulstage Gmunden Paarlauf

Vortragende

Alexander König, Jeroen Prins, Alison Purkiss, Severin Kiefer, Miriam Ziegler

Angebot

Die Impulstage richten sich dieses Jahr in erster Linie an bereits bestehende Paare. Neben Technikarbeit im Allgemeinen sollen technische Elemente für die kommende Saison

gemeinsam erarbeitet und auf Levels geprüft werden. Die Paarlaufpaare sollen außerdem ihre Harmonie mithilfe von gezielten Partner-Übungen on- und off-ice verbessern.

Am 18.06. findet im Rahmen der Paarlaufimpulstage ein Schnuppertraining statt. Es werden die Grundtechniken der Disziplin erklärt und gemeinsam ausprobiert. Die Einheiten werden sowohl als Trockentraining mit ersten Hebungen, als auch am Eis stattfinden. Diese Maßnahme steht Athlet:innen jeder Altersgruppe, ob mit Partner:in oder allein, als Möglichkeit offen, das Paarlaufen kennenzulernen. Die Teilnahme am Schnuppertraining ist kostenfrei.

- Techniktraining und Lehrgang für bestehende Paare und deren Trainer:innen
- Schnuppertraining Paarlauf
- Levelcheck
- Vortrag zu technischen Elementen / Levels und zur Bewertung der Elemente / GOE

Kosten 180 € / Athlet:in mit Österr. Läufer:innenlizenz
Bundeskader-Athlet:innen kostenfrei

Trainer:innen-Fortbildung

Technische Grundlagen dieser Disziplin und Anregungen für die Verbesserung an technischen Elementen sollen vermittelt werden. Interessierten Trainer:innen soll ein Zugang geschaffen und die Basis des Paarlaufens erläutert werden.

Kosten 10 UE 100 € / Termin mit Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
130 € / Termin ohne Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
Kostenfrei für Trainer:innen von Bundeskader-Athlet:innen

Kosten 3UE 20 € / Termin mit Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
30 € / Termin ohne Skate Austria Trainer:innen-Lizenz
Kostenfrei für Trainer:innen von Bundeskader-Athlet:innen

[VITA Alison Purkiss](#)
[VITA Severin Kiefer](#)
[VITA Miriam Ziegler](#)

Raffaella CAZZANIGA



Trainerin und Choreographin für Einzellauf, Eistanz und Paarlauf
Ehem. Trainerin von Barbara Fusar-Poli (Europa- und Weltmeisterin, Olympiabronze-Medaille) und Kooperation mit Anna Cappellini und Luca Lanotte (Europa- und Weltmeister).

Choreographin von Valentina Marchei, Nicole Della Monica / Matteo Guarise (ital. Meister), Stefania Bertone, Maurizio Zandron (österreich. Meister), Laura Barquero / Marco Zandron (span. Meister), Sara Conti / Niccolò Macii (Europameister 2023).

Galina CHURILOVA



Sie ist ukrainische Eistanztrainerin und trainierte das international erfolgreiche Eistanzpaar Oleksandra NAZAROVA / Maksym NIKITIN. Die beiden sind die Gewinner der Bronzemedailen bei den Juniorenweltmeisterschaften 2015. Derzeit trainiert sie die EM- und JWM-Teilnehmer:innen von 2023 Mariia Pinchuk / Mykyta Pogorielov.

Pascal DENIS



Der ehemalige kanadische Eistanzer hat in seiner aktiven Karriere an nationalen Meisterschaften und Weltmeisterschaften teilgenommen (23. Platz). Nach Ende der Karriere hat er sich für den Trainerberuf entschieden. In den Disziplinen Eistanz und Synchroneskunstlauf bringt er seither kanadische, als auch internationale Eistanz- und Synchroneteams zum Erfolg. Als Co-Trainer hat er das Team Les Supremes aus Kanada zum Weltmeistertitel 2022 geführt. Er ist außerdem Teil des Trainerstabs der renommierten Ice Academy of Montreal.

Severin KIEFER



Severin Kiefer ist mehrfacher Olympiateilnehmer im Paarlauf. Er ist Heeresleistungssportler, Student und ausgebildeter Instruktor für Eiskunstlauf. Gemeinsam mit Miriam Ziegler vertrat er Österreich über viele Jahre bei Europa- und Weltmeisterschaften. Ihre besten Ergebnisse gemeinsam waren der 6. Platz bei der Heim-EM in Graz, und der 7. Platz bei der WM 2022. Nach dem Ende seiner aktiven Karriere arbeitet Kiefer als Trainer und betreut das Paarlaufpaar Schaller / Mair, welches er in deren erster gemeinsamer Saison bereits zur EM-Teilnahme führte.

SKATE AUSTRIA

Myriam TURGAY-LEUENBERGER



Sie war Schweizer EM-Teilnehmerin im Einzellaufen und widmet ihre berufliche Karriere ganz dem Eiskunstlauf. Nach ihren beiden Master-Abschlüssen in Sportwissenschaften und Physiotherapie leitet sie nun die Fachgruppe Eiskunstlauf am Institut für Angewandte Trainingswissenschaft in Leipzig. Die Erfahrung und das Verständnis, das Turgay-Leuenberger für unsere Sportart mitbringt, machen sie zu einer absoluten Expertin auf diesem Gebiet.

Marina Philippova



Sie war österreichische JWM-Teilnehmerin im Eistanz und trainierte bei Barbara Fusar-Poli und Stefano Caruso. Ihrer Liebe zum Tanz und der Bewegung auf dem Eis bleibt die Tanzpädagogik-Studentin bis heute treu.

Mark Pillay



Choreograph, Kanada

Choreographien u.a. für:

Kirsten Moore Towers & Dylan Moscovitch - Sochi 2014

Emmanuel Sandhu - Torino 2006

Brendan Kerry - Sochi, PyeongChang 2014, 2018

Emmi Peltonen - PyeongChang 2018

Miriam Ziegler & Severin Kiefer - Sochi, PyeongChang, Peking 2014, 2018, 2022

Karen Chen - PyeongChang 2018

Annika Hocke & Ruben Blommaert - PyeongChang 2018

Larkyn Austman - PyeongChang 2018

Yaroslav Paniot - PyeongChang 2018

Minerva Hase & Nolan Seegert - Peking 2022

Kirsten Moore-Towers & Micheal Marinaro - Peking 2022

Roman Sadovsky - Peking 2022

Alison PURKISS



Sie ist kanadische Trainerin und leitet das Trainingszentrum in Brantford, wo sie neben erfolgreichen Einzelläufer:innen auch Paarlaufpaare trainiert. Die letzten Jahre nahm Purkiss mit ihren beiden Paaren Moore-Towers/Marinaro und Walsh/Michaud an Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen teil. In ihrer Arbeit legt Purkiss Wert auf technische und künstlerische Details, die ihre Läufer:innen und deren Programme zu etwas besonderem machen.

Sie ist außerdem Choreographin und Technische Spezialistin (national).

SKATE AUSTRIA

Ravi WALIA



Kanadischer Trainer, der seit 25 Jahren Teilnehmer:innen auf Weltmeisterschafts- und Olympianiveau trainiert. So unter anderen auch Kaetlyn Osmond (WM-Gewinnerin 2018) und Patrick Chan. Er wurde zweimal zum Skate Canada Coach of the Year gekürt und ist ebenso ISU Technischer Spezialist für Einzellaufen.

Miriam ZIEGLER



Miriam Ziegler ist mehrfache Olympiateilnehmerin sowohl als Einzelläuferin, als auch als Paarläuferin. Gemeinsam mit Severin Kiefer vertrat sie Österreich über viele Jahre bei Europa- und Weltmeisterschaften. Ihre besten Ergebnisse gemeinsam waren der 6. Platz bei der Heim-EM in Graz, und der 7. Platz bei der WM 2022.

Sie war Heeresleistungssportlerin und seit Ende ihrer aktiven Karriere Studentin für Sport und Training an der FH Wiener Neustadt. Neben ihrer Trainerinnentätigkeit ist sie auch als Vortragende beim ISU-Paarlaufseminar im

Einsatz.