

Saisonvorbereitung Impulstage 2024

Inhalt

1.		Allgemein	3
2.		Trainingsmöglichkeit in Gmunden	4
	Εi	straining mit Eigen- und/ oder Gasttrainer*innen	4
		Zeiten	4
		Kosten	4
		Anmeldung	5
	3.	Impulstage	5
		Gruppeneinteilung Impulstage	5
		Trainer*innen Teilnahme und Fortbildung	6
		Anmeldung	6
	3.	1. Impulstage Telfs	7
		Vortragende	7
		Angebot	7
		Trainer*innen-Fortbildung	8
		Kosten Athlet*innen	8
	3.	2. Impulstage Zell/See	g
		Vortragende	g
		Angebot	g
		Trainer*innen-Fortbildung	. 10
		Kosten Athlet*innen	. 10
		Kosten Trainer*innen	. 10
	3.	3. Impulstage Wien, Salzburg	. 11
		Vortragende	. 11
		Trainer*innen-Fortbildung	. 11
		Kosten Athlet*innen	. 12
		Kosten Trainer*innen	. 12







Paige AISTROP	. 13
Galina CHURILOVA	. 13
Pascal DENIS	. 13
Isabella GRABNER-WOLLEK	. 13
Severin KIEFER	. 14
Christina Lechner	. 14
Marina PHILIPPOVA	. 14
Alison PURKISS	. 14
Knut SCHUBERT	. 15
Miriam 7IFGLER	15



1. Allgemein

Um eine bestmögliche Saisonvorbereitung zu gewährleisten, stellt Skate Austria

besondere Angebote für alle (Bundeskader-) Athlet*innen zur Verfügung. 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 Telfs, Wien und Zell/See werden Impulstage durchgeführt um in allen Regionen

Athlet*innen und Trainer*innen profitieren zu lassen.

In Gmunden wird Trainingseis zur Verfügung gestellt.

Kontakt & Rückfragen

Per E-Mail an: off-ice@skateaustria.at

Haftungsausschluss

Es wird darauf hingewiesen, dass die Aufsichtspflicht neben den Workshop-Einheiten

ausschließlich bei den Eigentrainer*innen bzw. Erziehungsberechtigten liegt! Skate

Austria übernimmt keine Verantwortung für etwaige Verletzungen. Wir weisen

ausdrücklich darauf hin, dass Skate Austria sich vorbehält, die Veranstaltung ganz oder

teilweise abzusagen, wenn beispielsweise das Gebot der Wirtschaftlichkeit nicht

eingehalten werden kann, oder das Weltgeschehen eine Durchführung der Veranstaltung

nicht möglich macht. In diesem Fall wird kein Schadensersatz für entstehende Kosten

(z.B. Rücktritt von gebuchten Reservierungen im Reiseverkehr) der Teilnehmer*innen

geleistet! Die Buchungen sind erst nach vollständiger Einzahlung der Workshopgebühr

nach Rechnungserhalt fixiert.





2. Trainingsmöglichkeit in Gmunden

Eistraining mit Eigen- und/ oder Gasttrainer*innen

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

Zeiten

Montag, 13.5.2024- Sonntag, 30.6.2024

Montag bis Freitag: 12:00-19:00

Samstag: 9:00-19:00

Sonntag: 9:00-16:00

Sonderzeiten wegen Feiertagen/verlängertem Wochenende:

20. Mai (Montag): 9:00-17:00

30. Mai (Donnerstag) 9:00-19:00

1. Juni (Freitag): 9:00-19:00

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.

Buchung ab 15.04.2024 via www.patchgmunden.at möglich.

3. 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.

Gruppeneinteilung Impulstage

Wir bitten um Verständnis, dass die Einteilung der Gruppen entsprechend des Könnens durch die Leitung der Impulstage getroffen wird. 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.

Max. 16 UE pro Termin werden als Trainer*innen-Fortbildung angerechnet (Anrechnung entsprechend Anwesenheit - Pflichteinheiten für die Fortbildung müssen besucht werden).

Anmeldung

Per SAP – Skate Austria Portal für alle österreichischen Athlet*innen.

Für alle anderen Athlet*innen mittels ausgefülltem Anmeldeformular per E-Mail an office@skateaustria.at.

Impulstage Telfs – Anmeldung bis 10.04.2024 Impulstage Adult Zell/See – Anmeldung bis 30.05.2024 Impulstage Paarlaufen Zell/See - Anmeldung bis 03.06.2024

Impulstage Synchroneislaufen Wien/Salzburg - Anmeldung bis 24.06.2024

Die Teilnehmer*innenzahl ist auf 50 Athlet*innen bei den Impulstagen in Telfs begrenzt. Sollte die Teilnehmer*innenanzahl vor dem 10.04.2024 überschritten werden, gilt das first come first serve Prinzip und zusätzliche Athlet*innen werden auf eine Warteliste gesetzt. Es ist daher zu empfehlen möglichst bald die Anmeldung durchzuführen. Bundeskaderathlet*innen werden vorrangig gereiht.

Die Anmeldung ist erst nach Bezahlung der Kursgebühr gültig.

Bei Abmeldung bis 3 Wochen vor Kursbeginn werden 50% der Kosten erstattet.

Bei einer Abmeldung bis 1 Wochen vor Kursbeginn werden 30% der Kosten erstattet.

Bei einer Abmeldung ab 6 Tage vor Kursbeginn werden keine Kosten erstattet.

6

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.

3.1. Impulstage Telfs

08.05.-11.05.2024

Pirouettentechnik, Skating Skills, Performance und Interpretation und mentale Gesundheit im Sport

Vortragende

Paige Aistrop (CAN), Galina Churilova (UKR), Marina Philippova (AUT), Christina Lechner (AUT)

VITA Paige Aistrop

VITA Galina Churilova

VITA Marina Philippova

Angebot

Im Mittelpunkt stehen Technikeinheiten zu **Pirouetten**. Ziel dieses Workshops ist die Verbesserung der technischen Basis von Pirouetten (Zentrierung, Drehgeschwindigkeit) sowie von neuen Pirouettenvariationen, insbesondere "difficult variations" 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 den Grundstein 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 Steuerung der Aufmerksamkeit; Umgang mit Ärger; Mobbing-Prävention.

Spezial-Workshop für Eltern: Aufgaben und Funktionen von Eltern im Nachwuchsleistungssport, Kooperation mit Trainer*innen









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

Trainer*innen-Fortbildung

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

Bei Besuch aller Fortbildungseinheiten werden max. 16 UE angerechnet; die Pflichteinheiten müssen besucht werden.

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 3 UE anerkannt.

Kosten Athlet*innen

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

Kosten Trainer*innen

16 UE

140 € / Termin mit Skate Austria Trainer*innen-Lizenz

180 € / Termin ohne Skate Austria Trainer*innen-Lizenz

Kostenfrei für Trainer*innen von Bundeskader-Athlet*innen

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





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

3.2. Impulstage Zell/See

01.-07.07.24

Paarlauf

Vortragende

On- und Off-Ice: Alison Purkiss (CAN), Knut Schubert (GER), Severin Kiefer (AUT), Marina

Philippova (AUT), Miriam Ziegler (AUT)

VITA Alison Purkiss

VITA Knut Schubert

VITA Severin Kiefer

VITA Marina Philippova

VITA Miriam Ziegler

Ernährung: Isabella Grabner-Wollek (AUT)

Mentale Gesundheit: Christina Lechner (AUT)

Seminar TP/PR: Alexander König (GER), Susan Lynch (AUS), Jeroen Prins (NED)

Angebot

- * Paare in den Kategorien Basic Novice, Advanced Novice, Junioren und Meisterklasse mit Wettkampferfahrung von zumindest einem/r Partner*in
- * Paarlauftrainer*innen mit oder ohne eigenem Team
- * Technische Spezialist*innen und Technische Controller*innen auf nationalem, internationalem und ISU Level, sowie eine limitierte Anzahl Preisrichter*innen

Die Impulstage richten sich 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. Abgerundet wird der Lehrgang durch ein Monitoring Event inkl. Feedback des Technischen Panels und der Preisrichter*innen.

- * Techniktraining und Lehrgang für bestehende Paare und deren Trainer*innen
- * Levelcheck
- * Vortrag zu technischen Elementen / Levels und zur Bewertung der Elemente / GOE
- * Vorträge zu Ernährung und Sport
- * Vorträge zu mentaler Gesundheit und Teamwork

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 Athlet*innen

180 € / Athlet*in mit Österr. Läufer*innenlizenz

Bundeskader-Athlet*innen kostenfrei

300 € / Athlet*in ohne Österr. Läufer*innenlizenz

Kosten Trainer*innen

16 UE

140 € / Termin mit Skate Austria Trainer*innen-Lizenz
180 € / Termin ohne Skate Austria Trainer*innen-Lizenz
Kostenfrei für Trainer*innen von Bundeskader-Athlet*innen

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





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

Impulstage Wien, Salzburg 3.3.

12.-14.8.24 Wien

15.-18.8.24 Salzburg

Synchroneislaufen

Vortragende

Pascal Denis (CAN), Henriika Latva (FIN), Christina Lechner (AUT)

VITA Pascal Denis

VITA Henriika Latva

VITA Christina Lechner

Dieses Jahr richten sich die Synchroneislauf-Impulstage besonders an die österreichischen Teams und deren Trainer*innen. Die Vortragenden werden an 2 Standorten tätig sein und mit den Teams individuell an der Verbesserung der technischen Elemente (Levels und GOE) arbeiten.

Ebenso gibt es einen Vortrag über Steuerung der Aufmerksamkeit; Umgang mit Ärger; Mobbing-Prävention von der Sportpsychologin Christina Lechner.

* Techniktraining und individuelle Arbeit mit den Teams

Kunst, Kultur,

- * Trainer*innenfortbildung On- und Off-Ice
- * Hilfestellung bei der technischen Optimierung von einzelnen Elementen

Trainer*innen-Fortbildung

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









An beiden Seminarstandorten (Wien, Salzburg) gibt es für Trainer*innen zusätzlich zu den Einheiten am Eis ein Fortbildungsseminar zu den technischen Regeln im Synchroneislaufen mit der ISU Technischen Spezialistin Henriika Latva.

Bei Besuch aller Fortbildungseinheiten werden max. 16 UE angerechnet; die Pflichteinheiten müssen besucht werden.

Kosten Athlet*innen

50 € / Bundeskader-Athlet*in

100 € / Athlet*in mit Skate Austria Läufer*innenlizenz

Kosten Trainer*innen

16 UE

140 € / Termin mit Skate Austria Trainer*innen-Lizenz
180 € / Termin ohne Skate Austria Trainer*innen-Lizenz
Kostenfrei für Trainer*innen von Bundeskader-Athlet*innen

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

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









Bundes ministerium

Paige AISTROP



Paige Aistrop gilt weltweit als Koryphäe der Pirouettentechnik. Sie arbeitet gemeinsam mit Brian Orser im Elitezentrum "Cricket Club" in Toronto, wo sie mit Stars wie Yuzuru Hanyu und Javier Fernandez arbeitete.

Galina CHURILOVA



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

Pascal DENIS



Der ehemalige kanadische Eistänzer hat in seiner aktiven Karriere an nationalen Meisterschaften und Weltmeisterschaften teilgenommen. Nach Ende der Karriere hat er sich für den Trainerberuf entschieden. In den Disziplinen Eistanz und Synchroneiskunstlauf bringt er seither kanadische, als auch internationale Eistanz- und Synchronteams zum Erfolg. Als Co-Trainer hat er das Teams Les Supremes aus Kanada zum Weltmeistertitel

2022 geführt. Er ist außerdem Teil des Trainerstabs der renommierten Ice Academy of Montreal.

Isabella GRABNER-WOLLEK



Leitung Abteilung Ernährungswissenschaft Leistungssport Austria Ernährungswissenschafterin





Severin KIEFER



Severin Kiefer ist mehrfacher Olympiateilnehmer im Paarlauf. 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 der staatlich geprüfte Instruktor als Trainer und betreut das Paarlaufpaar Schaller / Mayr, welches er in deren erster

gemeinsamer Saison bereits zur EM-Teilnahme führte.

Christina Lechner



Sportpsychologin und Mental Coach, Lehrbeauftragte für Kommunikation und Moderatorin

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.

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).



Knut SCHUBERT



Knut Schubert konnte in seiner aktiven Sportlerkarriere als Paarläufer zwei Bronzemedaillen bei

Europameisterschaften, sowie einen fünften Platz bei den Olympischen Spielen 1984 in Sarajevo erlaufen. Als Trainer konnte er mit seiner technischen Expertise vielen Paaren an die Weltspitze verhelfen. Derzeit betreut Schubert die Grand Prix Finalsieger Minerva Hase / Nikita Volodin.

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 ist Studentin für Training und Sport an der FH Wiener Neustadt. Seit 2023

ist sie auch staatlich geprüfte Instruktorin, sowie nationale Technische Spezialistin für Paarlaufen. Neben ihrer Trainerinnentätigkeit war sie auch als Vortragende beim ISU-Paarlaufseminar im Einsatz.



