



eislaufclub · solothurn · zuchwil

Clubheft 2023 | 2024

www.ecsz.ch





bonainvest

Mehr Wohnkomfort durch intelligentes Bauen

Unsere Immobilienprojekte richten sich nach den heutigen und zukünftigen Wohnbedürfnissen der Bewohnerinnen und Bewohnern aus. Wir realisieren smart konzipierte Wohnungen auf sorgfältig geprüften Grundstücken. Nachhaltige Materialien, eine vernetzte Haustechnologie und individuelle Wohnservices, die über alle Generationen hinweg genutzt werden können, bieten mehr Lebensqualität, Sicherheit und Komfort.

bonainvest AG, Weissensteinstrasse 15, 4503 Solothurn, T +41 32 625 95 95, www.bonainvest.ch

Inhaltsverzeichnis

Grusswort des Präsidenten	5
Saisonprogramm 2023/2024	7
Kursprogramm für Clubmitglieder Hauptsaison 2023/2024	8
Eislaufkurs für Erwachsene Saison	9
Kinderkurse	10
Erlebnisbericht Ambassadors Cup (A-Cup) 2023	12
Intensivwoche	15
ECSZ Trainerinnen	16
Club-Tests Saison 2022–2023	18
Anforderungen Sternli-Tests	19
Anforderungen SEV Tests	20
Mitgliederbeiträge ECSZ, Test- und Lizenzgebühren 2023/2024	21
Tipps zur Ausrüstung	22
Verhalten rund um und auf dem Eis	23
Wissenswertes zu Clubkurse / Privatlektionen / Test / Wettkämpfe	24
Vorstand ECSZ	26
Schaulaufen 2022 – erste Durchführung nach 3-jähriger Pause	27

Impressum Clubheft 2023/2024

Clubadresse:

Eislaufclub Solothurn Zuchwil
Jochen Wehrli
Von Vigierweg 5
4500 Solothurn
info@ecsz.ch
www.ecsz.ch

Auflage:

250 Exemplare

Eisbahn:

Sportzentrum Zuchwil
Amselweg 59
4528 Zuchwil
032 686 55 55
info@szzag.ch
www.szzag.ch

Druck:

Druckerei ROS AG
Fabrikstrasse 14
4552 Derendingen
032 622 55 88
info@druckereiros.ch
www.druckereiros.ch

**NEUER FIAT 500e, 500% ELEKTRO
GEMACHT FÜR DEN PLANETEN.
GEMACHT FÜR SEINE MENSCHEN.**



Garage Pietro Marino
Off. Fiat Vetreter 6092 / 0687
Langendorfstrasse 2
4513 Langendorf
fiatmarino.ch

*Entdecken Sie das duftende Universum
von L'Erborario*



Mit l'Erborario verschenken Sie Schönheit und Freude, jederzeit!



L'ERBOLARIO LANGENDORF
Weissensteinstrasse 24 - 4513 Langendorf - 032 6217220

Grusswort des Präsidenten

Faszination Eislaufen für alle!

Liebe Clubmitglieder
Werte Eltern, Inserenten, Sponsoren
und interessierte Eislauf-Freunde

Wenn wir uns fragen, was die Faszination des Eislaufens ausmacht, so werden wir sicher viele unterschiedliche Antworten hören. Doch bin ich überzeugt, dass es für viele bedeutet, sich rhythmisch nach Musik zu bewegen, Elemente aus dem täglichen Leben wie Laufen und Gehen in fließende Formen bringen zu können. Allein, zu zweit, als Paar oder in der Gruppe sich in festen oder freien Schrittkombinationen zu bewegen, egal ob Jung oder Alt.

Diese Faszination ist es auch, welche unsere Eisläufer*innen dazu bewegt, sich wöchentlich ein oder auch mehrere Male gemeinsam auf das Eis zu begeben.

Diese Begeisterung von Jung und Alt für diesen Sport ist es auch, welche uns als kleinen Eislaufverein dazu antreibt, ein Angebot für alle zu schaffen, welches ihnen ermöglicht, ihre Faszination auszuleben. Von Kinderkursen für die Kleinsten, welche die ersten Gehversuche auf dem Eis machen möchten, über diverse Clubkurse unterschiedlichen Niveaus

bis hin zum Erwachsenenkurs – für alle findet sich etwas in unserem Verein, davon sind wir überzeugt!

Als Präsident ist mir aber die Stärkung des Nachwuchsbereichs ein grosses Anliegen. Wir wollen wieder mehr junge Eisläufer*innen für die Faszination des Eislaufens gewinnen und dadurch unseren Verein an der Basis stärken! Ziel des Eislaufclub Solothurn Zuchwil (ECSZ) muss es sein, möglichst vielen jungen Eisläufer*innen zu ermöglichen, ihr Hobby in vollen Zügen in unserem Verein, dem ECSZ, ausleben zu können!

Dies kann jedoch nur gelingen, wenn wir die Unterstützung von Ihnen, werte Eltern, Inserenten, Sponsoren und Eislauf-Freunde erhalten. Sie alle sind der Grundstein für eine erfolgreiche Eislaufsaison 2023/24 – **Herzlichen DANK!**

Nun wünsche ich allen Beteiligten, unseren Eisläuferinnen und -läufern, unseren Trainerrinnen und den Eltern einen guten Start in die neue Saison 2023/24!

Jochen Wehrli



Springmentoring
MILLIONAIRE AWAKENING LEADERSHIP

SANDRA MANUELA SPRING

MASTERMIND AWAKENING MENTORIN
AWARENESS & CREATIONPRACTICE

SPRINGMENTORING.CH

ANITA BLUMEN

Hauptstrasse 42
4528 Zuchwil
032 685 25 04
www.anitablumen.ch

Shiatsu Praxis Maya Rudolf von Rohr
Buchenweg 12, 4553 Subingen



Dipl. Shiatsutherapeutin HPS/SGS
mit Krankenkassenanerkennung

Telefon: 079 711 63 60
E-Mail: maya.rudolfvonrohr@bluewin.ch
Homepage: www.shiatsu-praxis-maya.ch



Thommen Furler



baba
GETRÄNKE & MORE

Trend-Getränke und Snacks
www.baba-getraenke.ch
10% Rabatt mit dem Code ECSZ10
Auch für Gross- und Detailhandel: info@baba-getraenke.ch

Image showing various products including bottles of ORLUS and bags of Takis.

SCHNIDER HAMMER

Goldschmiede

Saisonprogramm 2023/2024

Intensivwoche	Zuchwil	7.–12. August 2023
Vorlaufen der Küren	Zuchwil	pendent
Interne Weiterbildung Trainer	Zuchwil	pendent
Interner Moniteurkurs	Zuchwil	30. September 2023
3 Tannencup	Olten	22.–24. September 2023
Clubteste (Kür)	Zuchwil	21. Oktober 2023
Dreiländer Cup	Laufen	29. Oktober 2023
Börse	Zuchwil	11. November 2023
EVBN-Cup	Grindelwald	24.–26. November 2023
Schaulaufen	Zuchwil	9. Dezember 2023
Burgdorfer Cup	Burgdorf	6. Januar 2024
Sponsorenlauf	Zuchwil	12. Januar 2024
Börse	Zuchwil	13. Januar 2024
Heuried-Cup	Zürich Heuried	13.–14. Januar 2024
Rigi Trophy	Küssnacht am Rigi	21. Januar 2024
Clubteste (Kür und Stil)	Zuchwil	Februar 2024
Mittelland Cup	Reinach AG	Februar 2024
Ice Trophy	Biel	24.–25. Februar 2024
Ambassadoren Cup	Zuchwil	2.–3. März 2024



DRUCKEREIros



So geht
Druck.

Kursprogramm für Clubmitglieder Hauptsaison 2023/2024

Tag Ort	Datum	Uhrzeit	Kurse	Niveau	Kursleitung	Kosten in CHF
Dienstag Eishalle	24.10.23 bis 27.02.23	17:25 – 18:25	Technikkurs	1.–2. Stern	Scarlett	210.–
Dienstag Eishalle	24.10.23 bis 27.02.23	17:25–18:25	Technikkurs	ab 3. Stern	Jessica	210.–
Mittwoch Eishalle	24.10.23 bis 27.02.23	18:35 – 19:35	Sprung und Kraft	alle	Jessica / Scarlett	200.–
Freitag Ausseneis	01.11.23 bis 28.02.23		Laufstil	Bitte mit Jessica Rudolf von Rohr Kontakt aufnehmen		
Freitag Ausseneis	10.11.23 bis 01.03.23	18.00 – 19.00	Maxikader	ab Interbronze	Sabine	210.–
Samstag Eishalle	04.11.23 bis 24.02.23	11:45–12:45	Sternlikurs	1.–2. Stern	Scarlett	210.–
Samstag Eishalle	04.11.23 bis 24.02.23	11:45–12:45	Sternlikurs	1.–2. Stern	Scarlett	210.–
Samstag Eishalle	04.11.23 bis 24.02.23	11:45 – 12:45	Minikader	3.–4. Stern	Caroline	210.–

Das Anmeldeformular für die oben aufgeführten Kurse finden Sie unter www.ecsz.ch: Kurse/Clubkurse/Anmeldung Hauptsaison.

Die **Anmeldung** ist **verbindlich** und die Kurskosten werden in Rechnung gestellt. Rückvergütungen von Kursgeldern werden nur bei längerem Ausfall (mindestens 2 Monate) bei Vorliegen eines Arztzeugnisses unter Berücksichtigung der jeweiligen Gegebenheiten vorgenommen.

Eislaufkurs für Erwachsene

Ziel	Spass und Bewegung in Niveaugruppen
Kursort	Ausseneisfeld Sportzentrum Zuchwil
Kursbeginn	Freitag, 10.11.2023
Kursende	Freitag, 23.02.2024
Kurskosten	CHF 240.– (bar/per Twint zu bezahlen am 1. Kurstag)

Eislaufausrüstung Schlittschuhe, Handschuhe und Helm, warme Kleidung

Lektion	Datum	Tag	Eislauf
1	10.11.2023	Freitag	18:30-19:30
2	17.11.2023	Freitag	18:30-19:30
3	24.11.2023	Freitag	18:30-19:30
4	01.12.2023	Freitag	18:30-19:30
5	08.12.2023	Freitag	18:30-19:30
6	15.12.2023	Freitag	18:30-19:30
7	22.12.2023	Freitag	18:30-19:30
8	05.01.2024	Freitag	18:30-19:30
9	12.01.2024	Freitag	18:30-19:30
10	19.01.2024	Freitag	18:30-19:30
11	26.01.2024	Freitag	18:30-19:30
12	02.02.2024	Freitag	18:30-19:30
13	09.02.2024	Freitag	18:30-19:30
14	16.02.2024	Freitag	18:30-19:30
15	23.02.2024	Freitag	18:30-19:30

Bitte beachten Sie, dass Änderungen der Eiszeiten durch das Sportzentrum Zuchwil möglich sind. Bei allfälligen Verschiebungen informieren wir Sie rechtzeitig. Grundsätzlich findet der Kurs auf dem Aussenfeld bei jedem Wetter statt.

Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Die Anmeldung ist verbindlich und die Kurskosten werden in Rechnung gestellt. Rückvergütungen von Kursgeldern werden nur bei längerem Ausfall (mindestens 2 Monate) bei

Vorliegen eines Arztzeugnisses unter Berücksichtigung der jeweiligen Gegebenheiten vorgenommen.

Haben Sie noch Fragen? Frau Sandra von Ballmoos, Tel. 032 621 49 53 oder per E-Mail kurswesen@ecsz.ch, gibt Ihnen gerne Auskunft.

Die Anmeldung zum Kurs finden Sie auf unserer Homepage www.ecsz.ch unter Kurse/Erwachsenenkurse.

Bis bald auf dem Eis!

Kinderkurse

Ziele unserer Kurse

Kinderkurs für Anfänger

Spielerisches Erlernen: stehen, fahren und bremsen auf dem Eis – Erlernen von kleinen Kunststückli

Kinderkurs für Fortgeschrittene

Spielerisches Erlernen der Grundtechnik: vorwärts- rückwärts- fahren und bremsen – fahren auf einem Bein – drehen, springen und weitere Kunststückli

Detailinformationen

Alle Kursteilnehmer dürfen den Garderobeneingang der Eishalle (Ostseite Eishalle) benützen und müssen keinen zusätzlichen Eisbahneneintritt beim Sportzentrum bezahlen. Die Garderoben befinden sich im Untergeschoss der Eishalle.

- Die Ausrüstung (Schlittschuhe, Handschuhe und Helm) muss selber mitgebracht werden.
- Schlittschuhe können auch an der Eisbahnkasse (Sportzentrum) gemietet werden.
- Ein späterer Einstieg in die Kurse ist nach Absprache möglich.
- Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Kontaktperson für Kursinformationen

Sandra von Ballmoos, Tel. 032 621 49 53

E-Mail: kurswesen@ecsz.ch

SAVE THE DATE

Alle KursteilnehmerInnen von Oktober bis Dezember haben die Möglichkeit, an unserem Schaulaufen vom 9. Dezember 2023 teilzunehmen.



Kinderkurse Anfänger 2023/2024

Kurs	Ort	Datum Start	Datum Ende	Tag	Eislauf	Kurskosten in CHF	Anzahl Lektionen
Kurs 1	Eishalle	25.10.2023	06.12.2023	Mittwoch	13:45 – 14:45	140.–	7
Kurs 2	Eishalle	04.11.2023	23.12.2023	Samstag	10:30 – 11:30	140.–	7
Kurs 3	Eishalle	10.01.2024	21.02.2024	Mittwoch	13:45 – 14:45	140.–	7
Kurs 4	Eishalle	13.01.2024	24.02.2024	Samstag	10:30 – 11:30	140.–	7







Kinderkurse Fortgeschrittene 2023/2024

Kurs	Ort	Datum Start	Datum Ende	Tag	Eislauf	Kurskosten in CHF	Anzahl Lektionen
Kurs 5	Eishalle	04.11.2023	24.02.2023	Samstag	10.30–11.30	260.-	15

Die einzelnen Kursdaten und weiteren Angaben zu oben aufgeführten Kurse finden Sie auf den detaillierten Kurssausschreibungen auf unserer Homepage www.ecsz.ch unter Kurse/Kinderkurse.

Erlebnisbericht Ambassadors Cup (A-Cup) 2023

Larissa's erster A-Cup

☆☆☆ 
Mein erster Ambassadors Cup
Ich durfte das erste mal ein 
Kürkleid anziehen und mich wie
eine Eisprinzessin schminken. Wir durften
Winerli mit Brot und Cupcake essen.
Cool war auch dass alle Leute
geklatscht haben und viele Sachen
auf das Eis geworfen haben.
Alles war sehr aufregend, mega
cool und habe eine wunderschöne
Pokal erhalten.   
Larissa 



Bericht Larissa Schütz

91 Köpfe, die weiter denken.

Anspruchsvolle Projekte? Unsere Fachspezialisten überzeugen durch innovative und ressourcenschonende Lösungen. Wir setzen unser Wissen und unsere Erfahrung vielseitig ein: ob Minergie-P-Einfamilienhaus oder Grossbaustelle, ob Spital oder Forschungszentrum. Regional, national und international.

enerconom
Ingenieure für Gebäudetechnik

www.enerconom.ch
Bern | Solothurn

SWISSLOS
Sportfonds des
Kantons Solothurn

Sina's Comeback am Ambassadors Cup nach langjähriger Wettkampfpause

Der Ambassadors Cup 2023 (A-Cup) war für mich eine grossartige Erfahrung. Es war mein erster Wettkampf seit 4 Jahren und es hat mir sehr viel Spass bereitet. Mir war klar, dass ich nicht zu den besten Läuferinnen gehöre, aber das machte mir nichts aus. Jessica (meine Trainerin) unterstützte mich, soweit sie konnte. Sie bot mir an, in der Kategorie Bronze Adult zu fahren, was mich sehr erleichterte. Ich fand es schön, dass die Stimmung in der Garderobe locker, lustig und unkompliziert war. So konnte ich meine Nervosität unter Kontrolle bringen. Als es dann Zeit wurde meine Kür zu präsentieren, war ich schon aufgeregt. Ich weiss noch, als ich meinen ersten Axel in der Kür gestanden habe, jubelten alle und freuten sich für mich. Das gab mir Mut und Vertrauen. Als die Musik aufhörte, konnte ich meine Freudentränen nicht mehr zurückhalten. Ich war sehr erleichtert und auch stolz auf mich. Das Endresultat überraschte mich sehr. Ich konnte es kaum glauben, als mein Name als zweite aufgerufen wurde.

Beim A-Cup durfte ich nicht nur meine Kür präsentieren, sondern ich habe auch meinen Helfereinsatz als Cutterin geleistet. Meine Aufgabe war, das Video so zu schneiden, dass die Personen im Technical Panel entscheiden können, ob die Kürelemente zählen oder nicht. Das Computerprogramm war neu für mich, somit musste ich mich zuerst damit anfreunden. Nach einiger Zeit lief es wie am Schnürchen. Der einzige Nachteil war die Kälte, trotz Ski-Ausrüstung und Decke war mir noch kalt.

Der A-Cup ist immer ein grossartiges und aufregendes Erlebnis. Man lacht, weint und hat Spass mit den Freundinnen auf und neben dem Eis.

Bericht Sina Meier



MODEKÜNG

Mode für sie und ihn:
festlich, elegant, sportlich
oder urban – am neuen Standort
unter einem Dach.

Gurzelngasse 21 | Solothurn
mode-kueng.ch

DIE Bauunternehmung in der Region



HOCHBAU | TIEFBAU | STRASSENBAU

3400 Burgdorf | Tel. 034 422 19 97 | www.faesbau.ch

Intensivwoche



ECSZ Trainerinnen

Moniteurinnen-Team: Unser Moniteurinnen-Team unterstützt die Kursleiterinnen während den Kinder- und Sternlikursen: Esma Dikbas, Stephanie Trink, Sina Meier, Lisa Flury, Demi von Ballmoos, Jeremy von Ballmoos.



Jessica Rudolf von Rohr

+41 79 218 54 08

jessica.rudolfvonrohr@bluewin.ch

- J+S Leiterin Jugendsport Eiskunstlauf
- J+S Leiterin Kindersport Eiskunstlauf
- J+S Leiterin Kindersport Allround
- Teilnehmende Kaderbildung J+S
- Technical Specialist Eiskunstlauf
- Ausbildung bei Jacqueline Kiefer vom SC Bern und SC Biel (Lizenzierte Berufstrainerin Swiss Ice Skating; EM, WM und Olympic Coach) und Patrick Addeo vom EK Luzern (Lizenziierter Berufstrainer Swiss Ice Skating)
- Eislauflehrerin mit eidg. Fachausweis (i. A.)
- 12 Jahre Teilnahme an Schweizermeisterschaften im Einzellauf von U12 bis Senioren (Beste Platzierung Rang 4)
- langjähriges Mitglied im EVBN-Nachwuchskader als Einzelläuferin
- Langjährige Coaching-Erfahrung mit Start beim SC Bern und Wechsel zum ECSZ im 2015
- Angestellt als Eislauflehrerin mit eidgenössischem Fachausweis (i. A.) beim EK Sursee seit 2023
- Privatlektionen für alle Niveaus
- Wettkampfbetreuung Eiskunstlauf für alle Niveaus
- Fokus auf Technik, Test-/Wettkampfvorbereitung sowie Off Ice



Sabine Zeller

+41 79 487 71 01

sabskating@bluewin.ch

- J+S Leiterin Jugendsport Eiskunstlauf
- J+S Coach
- J+S Expertin
- Dipl. Eislauflehrerin SELV
- Schweizer Meisterschaft Kadetten 3. Platz
- Schweizer Meisterschaft Junioren 3. und 5. Platz
- Schweizermeisterschaft Elite – mehrere Teilnahmen
- Coupe Européenne Pinzolo Italien
- 15 Jahre Trainerin bei CP Tramelan
- 6 Jahre Trainerin CP Franches Montagnes
- Mehrere Jahre Trainerin CP Moutier
- Trainerin Powerskating bei EHC Biel Junioren
- Privatlektionen für alle Niveaus
- Wettkampfbetreuung für alle Niveaus
- Fokus auf Technik und Choreographie



Caroline Wehrli-Ducaud

+41 79 604 16 82

caroline.wehrli@ecsz.ch

- J+S Leiterin Jugendsport Eiskunstlauf
- J+S Leiterin Kindersport Allround
- Fachlehrperson Zyklus 3 (unter anderem «Sport und Bewegung»)
- Teilnahmen an SM-Einzellauf
- Teilnahmen an SM SYS
- Teilnahme WM SYS
- Teilnahmen an internationalen Wettkämpfen im SYS
- Mitglied im SYS-Nationalkader
- langjährige Erfahrung als Coach im Eiskunstlaufen und Eishockey (Eislaufen / Powerskating)
- Privatlektionen für alle Niveaus
- Wettkampfbetreuung für alle Niveaus
- Fokus auf Technik, Test-/Wettkampfvorbereitung



Scarlett von Ballmoos

+41 79 665 22 37

scarlett.vonballmoos@outlook.com

- J+S Leiterin Jugendsport Eiskunstlauf
- J+S Leiterin Kindersport Eiskunstlauf
- J+S Leiterin Kindersport Allround
- Teilnehmende Kaderbildung J+S
- Lehrerin Unterstufe (1. / 2. Klasse)
- Aktive Läuferin beim ECSZ seit 2008
- Moniteurin im ECSZ 2012 bis 2019
- J+S Leiterin im ECSZ seit 2019
- Privatlektionen für Niveau Stern
- Wettkampfbetreuung Niveau Stern
- Fokus auf Technik, Test-/Wettkampfvorbereitung



Larissa von Ballmoos

+41 79 919 13 08

larissa.vonballmoos@outlook.com

- J+S Leiterin Jugendsport Eiskunstlauf
- J+S Leiterin Kindersport Eiskunstlauf
- J+S Leiterin Kindersport Allround
- Teilnehmende Kaderbildung J+S
- Aktive Läuferin beim ECSZ
- Moniteurin im ECSZ 2018 bis 2021
- J+S Leiterin im ECSZ seit 2021
- Mehrere Teilnahmen an SM im Jazz- und Showdance und Boogie Woogie
- Teilnahme an WM im Showdance 2014 und Jazzdance 2023
- Privatlektionen für Niveau Stern
- Wettkampfbetreuung Niveau Stern
- Fokus auf Technik, Test-/Wettkampfvorbereitung

Club-Tests Saison 2022 – 2023

Bestandene Clubtests vom November 2022

1 Sternli-Test

Sofia Elena Biemann
Lea Scheidegger
Sara Naef

3 Sternli-Test

Soraya Agga

Interbronze Kür

Jessy Flückiger
Stéphanie Trink
Chiara Gulizia

Bronze Kür

Gwen Jurt

Bestandene Clubtests vom März 2023

1 Sternli-Test

Leslie Astner
Amélie Maria Reinhäkel
Adela Ortiz Wu
Teresa Ortiz Wu
Noemie Kuhn
Chiara Navone

2 Sternli

Lea Scheidegger
Sofia Elena Biemann

3 Sternli

Lea Scheidegger

4 Sternli

Soraya Agga

Wir gratulieren ganz herzlich zum bestandenen Clubtest!

IM BAUSPORT SIND WIR SPITZE



Marti AG Solothurn

Telefon +41 32 625 07 07, www.marti-solothurn.ch



Anforderungen Sternli-Tests

Die Elemente der SIS Sternlittests wurden vom Schweizer Eislauflehrerverband (SIS) zusammengestellt. Sie gewährleisten das Erlernen der Grundelemente des Eislaufens in der richtigen Reihenfolge und damit einen sicheren Aufbau.

Sternlitest 1

- Vorwärts fahren, bremsen, rückwärts fahren, bremsen
- 1. Breite: ca. 4 Schritte + Päckli, 2. Breite: vorwärts fahren + beidbeiniges Umkreisen (360°) von Pylonen (rechts + links)
- Storch vorwärts 1. Breite rechts, 2. Breite links
- 2-Fusssprünge vorwärts auf Gerader oder ein 2-Fusssprung mit halber Drehung auf Kreis
- Vorwärts übersetzen rechts und links

Sternlitest 2

- 2 Chassés gefolgt von vorwärts auswärts Bogen (mind. 3 Sekunden halten) mind. 2× rechts + 2× links
- Vorwärts einwärts abstossen, gefolgt von 2 vorwärts übersetzen, vorwärts einwärts Bogen (mind. 3 Sekunden halten), mindestens 2× rechts + 2× links
- Rückwärts übersetzen rechts und links
- Dreiersprung von einem Bein auf zwei Beine oder ein Bein
- Vorwärts Flieger auf Kreis oder auf Gerade, 1× rechts und 1× links

Sternlitest 3

- Chassé Schlangenbogen in Achterform, Kantenwechsel von auswärts auf einwärts
- 1–2 Chassés vorwärts, Dreier vorwärts auswärts, repetieren auf Kreis, links und rechts
- 1× vorwärts übersetzen + Mohawk auf Kreis, rechts und links
- Dreiersprung mit Einlauf und Auslauf
- Standpirouette auf 1 Bein aus Stand oder mit Einlauf, mindestens 3 Drehungen

Sternlitest 4

- Salchow
- Rittberger oder Flip
- Standpirouette mindestens 6 Drehungen, davon mind. 3 offen
- Sitzpirouette mindestens 3 Drehungen
- Kreisschritt mit Dreier und Mohawk
- 2-Minuten Kür

Anforderungen SEV Tests

SEV Tests sind vom Schweizer Eislaufverband vorgeschriebene Tests, die zur Teilnahme an Wettkämpfen und Meisterschaften auf unterschiedlichem Niveau berechtigen.

Diese Tests werden bis zum Bronzetest von Clubs angeboten, ab dem Intersilbertest erfolgt die Ausschreibung über den Schweizerischen Eislaufverband SEV.

Interbronze (6. Klasse)
Bronze (5. Klasse)
Intersilber (4. Klasse)
Silber (3. Klasse)
Intergold (2. Klasse)
Gold (1. Klasse)



**SPORTMASSAGE • KLASSISCHE
LOMI LOMI • HOTSTONE**

**JETZT MASSAGE
BUCHEN**



Mitgliederbeiträge ECSZ, Test- und Lizenzgebühren 2023/2024

Mitgliederbeiträge ECSZ

Mitgliederbeitrag für jedes Niveau CHF 200.00
(im Mitgliederbeitrag ist der Besuch eines Clubkurses enthalten!)

Helferpauschale für jedes ECSZ-Clubmitglied CHF 150.00
(mit 3 Arbeitseinsätzen «abarbeitbar»)

Sponsorenlauf (Mindestbetrag) CHF 200.00
(im 1. Jahr der ECSZ-Clubmitgliedschaft freiwillig)

Gebühren Sternli-Tests

1/2/3/4 Sternli CHF 40.00

Gebühren SIS-Tests

Interbronze Kür- und Stiltest (6. Klasse) CHF 60.00

Bronze Kür- und Stiltest (5. Klasse) CHF 80.00

Intersilber Stiltest (4. Klasse) CHF 90.00

Intersilber Kürtest Basic & Advanced CHF 200.00

Silber Kür- und Stiltest (3. Klasse) CHF 200.00

Intergold Stiltest (2. Klasse) CHF 200.00

Intergold Kürtest Basic & Advanced CHF 250.00

Gold Stiltest (1. Klasse) CHF 200.00

Gold Kürtest (1. Klasse) CHF 250.00

Gebühren Lizenzen

Kids Lizenz CHF 30.00

Kids Lizenz upgrade CHF 170.00

Erstmalige Lizenz CHF 200.00

Jahresgebühr A-Lizenz CHF 100.00

Ersatzlizenz (z.B. bei Clubwechsel) CHF 20.00

**WIR SIND ARBEITGEBERIN,
SOLOTHURNER, BUECHI-
UND LEBERBERGERINNEN,
UNTERE EMMENTALER,
WASSERÄMTERINNEN,
SO NAH, VON HIER.**

Verhalten rund um und auf dem Eis

Wir beachten folgende Regeln

- Gegenseitiger Respekt, Höflichkeit und Anstand sind für uns wichtige Werte.
- Die Garderoben hinterlassen wir in einem ordentlichen Zustand. Abfall gehört in den Mülleimer.
- Mobbing unter den Clubmitgliedern akzeptieren wir nicht.
- Jedes Training beginnt mit einem effizienten Aufwärmen und verringert so die Verletzungsgefahr.
- Eltern halten sich während des Trainings ihrer Kinder nicht an der Bande auf und erteilen auch keine gut gemeinten Ratschläge.
- Auf dem Eis wird nicht gespielt und wir hacken keine Löcher ins Eis.
- LäuferInnen, welche ihre Kür laufen, haben Vortritt.
- Handschuhe sind obligatorisch! Für die kleineren Kinder empfehlen wir zwei unterschiedlich farbige Handschuhe, damit rechts und links einfacher unterschieden werden kann.
- Haare gehören zusammengebunden (Pferdeschwanz oder Dutt). Wer lange Stirnfransen hat, nimmt diese mit Haarspannen aus dem Gesicht.
- Wenn wir merken, dass die Unterscheidung zwischen «rechts» und «links» für ein Kind herausfordernd ist, nehmen wir Rücksprache mit den Eltern und fragen sie, ob wir am Schnürsenkel eines Schlittschuhs ein farbiges Garn als Merkhilfe befestigen können.
- Sehr wichtig sind ebenfalls eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung, die individuelle Regenerationszeit und die körperliche Hygiene.

Wissenswertes zu Clubkurse / Privatlektionen / Teste / Wettkämpfe

Clubkurse

Wer an Clubkursen teilnehmen will, meldet sich individuell an und die Kurse werden gemäss Kursprogramm durch den ECSZ in Rechnung gestellt. Ein Kurs ist jeweils im Mitgliederbeitrag inbegriffen.

Privatlektionen

Grundsätzlich können alle Clubmitglieder*innen Privatlektionen buchen. In Privatlektionen kann die Trainerin gemeinsam mit einem Läufer/einer Läuferin arbeiten und so besser auf seine/ihre Bedürfnisse eingehen als in einem Gruppenkurs. Privatlektionen sind ab jedem Niveau buchbar.

Privatlektionen müssen immer direkt mit der Trainerin vereinbart werden. Bei Jugendlichen unter 18 Jahren können nur die Eltern Privatlektionen buchen.

Tests

Wer stetig Neues dazu lernt, kann Teste absolvieren, die ein bestimmtes Leistungsniveau bescheinigen. Es gibt für Anfänger 4 Sternliteste und anschliessend folgen 6 SIS-Teste. Wann ein Clubmitglied für einen Test bereit ist, teilt das Trainerteam mit. Teste sind ein «Kann» kein «Muss».

Wettkämpfe

Alle Läufer*innen mit einer eigenen Kür können während der ganzen Saison an Wettkämpfen teilnehmen. Diese Wettkämpfe finden in der ganzen Schweiz statt. Dort können sie sich mit Eiskunstläufer*innen aus anderen Clubs messen und wichtige Erfahrungen sammeln.

**Möchtest du in die faszinierende Welt des Eislaufens eintauchen?
Dann melde dich noch heute bei uns unter www.ecsz.ch/club/clubeintritt/ – wir freuen uns auf DICH!**



**Ihr Temporärbüro
für Jobs auf dem Bau,
in der Industrie
sowie im Transport-
und Lagerbereich**

**Wir freuen uns, dich kennenzulernen!
Ruf uns an: 034 420 03 30**

BIMO-personal AG

Wir machen mehr für Sie...!

www.bimo-personal.ch

Vorstand ECSZ

Präsident

TK (ad interim)

Jochen Wehrli
info@ecsz.ch
+41 79 941 17 95

Beisitz TK

Verantwortung Kinder- und Erwachsenenurse

Verantwortung Moniteurenwesen

Verantwortung Club-Restaurant

J+S Coach Kinderkurse

Sandra von Ballmoos
kurswesen@ecsz.ch
u.ballmoos@bluewin.ch
+41 32 621 49 53
+41 76 297 49 53

Beisitz

Clubbörse

Clubteste

Jacqueline Bader
tk@ecsz.ch

Finanzen

Daniel Furer
finanzen@ecsz.ch



Sie punkten im Sport.

**Wir als Partner für Versicherungen
und Vorsorge.**

Manfred Scheidegger, Versicherungs- und Vorsorgeberater
T 032 625 83 82, manfred.scheidegger@mobililar.ch

Generalagentur Solothurn
René Biri und Team

Wenglistrasse 26
4502 Solothurn
T 032 625 83 83
solothurn@
mobililar.ch
mobililar.ch

die Mobililar

Lo Stanco



Ihr Elektro-Partner vor Ort

Sergio Lo Stanco Elektro AG

Industriestrasse 8, 4562 Biberist

+41 32 671 20 20, www.lostanco.ch

Gebäudetechnik, die verbindet

Burkhalter
Group

Dr. Ducaud Zahnärzte



Zahnarztpraxis Solothurn

Schaulaufen 2022 – erste Durchführung nach 3-jähriger Pause

Am 10. Dezember 2022 durften wir endlich nach 3 Jahren wieder ein Schaulaufen unter dem Motto «Eine Reise durch die Welt von Disney» präsentieren. Es war ein aufwändiges, lustiges und wunderschönes Erlebnis für uns alle. Von Gross bis Klein, konnten alle mitmachen und einen Teil zur Show beitragen. Ich durfte mit Sina Meier in die Rolle von Minney und Mickey Mouse schlüpfen und die Zuschauer durch die Reise als Moderatorin begleiten. Wir haben uns viel zusammengesetzt, um die Moderation zu kreieren.

Als die Show angefangen hat, waren wir alle sehr aufgeregt und hatten eine grosse Vorfreude, unsere geübten Kürren den Zuschauern zu zeigen. Sina und ich durften zusammen mit dem Mickey Mouse Intro den Abend eröffnen und die Gäste begrüßen. Danach folgten Auftritte von den 7 Zwergen, Dschungelbuch, Frozen bishin zu Toy Story. Jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin leistete an diesem Abend einen schönen Beitrag zur gesamten Show.

Das Synchroteam, Cool Dreams, aus Burgdorf war auch Teil unseres Schaulaufens und sie zeigten uns eine spannende Kür zu Cats.

Es war ein gutes Gefühl, unser Können als Club präsentieren zu dürfen. Zudem förderte es den Teamgeist im Club und wir hatten eine sehr gute Zeit untereinander. Jeder unterstützte jeden während des Schaulaufens, wodurch wir als Team eng zusammenhalten konnten.

Ich freue mich bereits auf das diesjährige Schaulaufen und hoffe wieder einen erinnerungsreichen Show den Zuschauern zeigen zu dürfen.

Bericht von
Lisa Flury



PRÄSENTIERT VOM
EISLAUFCLUB
SOLOTHURN ZUCHWIL

9. DEZEMBER 2023

17.30 - 19.30 UHR

TÜRÖFFNUNG 17.00 UHR

SPORTZENTRUM ZUCHWIL

MUSICALS ON ICE

SHOW - DRINKS - FOOD

EINTRITT FREI
(KOLLEKTE)



ECSZ
eislaufclub · solothurn · zuchwil