

UNIHOCKEY

REGIONALES LEISTUNGS- ZENTRUM ZÜRICH

STANDORT WINTERTHUR

Das Regionale Leistungszentrum Zürich (RLZ) am Standort Winterthur ermöglicht es talentierten und ambitionierten Unihockey-Spielern oder Unihockey-Spielerinnen zusätzliche Trainingseinheiten in einem leistungsorientierten Umfeld und unter professioneller Betreuung zu besuchen.

Die zusätzlichen Trainingsangebote unterstützen Nachwuchs-Athleten und -Athletinnen, parallel zur schulischen oder beruflichen Ausbildung, auf dem Weg zum Topspieler oder zur Topspielerin.

Das RLZ begleitet den/die Athleten:in vom regionalen Talent (ab 12 Jahre) bis zum nationalen Auswahlspielenden. Aktuelle Topspieler:innen (NLA- und/oder Nationalspieler:innen) ergänzen zudem ihren Trainingsplan mit zusätzlichen Trainings am RLZ.

Das RLZ Standort Winterthur wird durch den HC Rychenberg betrieben und durch den Kantonalzürcher Unihockeyverband, das Sportamt Kanton Zürich, sowie swiss unihockey unterstützt.



**Kanton Zürich
Sportamt**

PHILOSOPHIE UND SCHWERPUNKTE

Trainingsphilosophie

Die Trainingsphilosophie richtet sich nach den Grundsätzen des «Swiss Way» – erarbeitet durch swiss unhockey. Sämtliche National- und Auswahlmannschaften von swiss unhockey trainieren und spielen nach den Prinzipien des «Swiss Way».

Trainingschwerpunkte

Die RLZ Trainings sind komplementär zu den Vereinstrainings. Im Zentrum der Trainings steht die Förderung der individuellen Fähigkeiten im Bereich Technik.

Je nach Zusammensetzung der entsprechenden Trainingsgruppe variieren die Trainingsinhalte und entwickeln sich im Laufe des Schuljahres weiter. Die Teilnehmenden sind angehalten, sich an den Trainingsinhalten und deren Weiterentwicklung zu beteiligen und eigene Ideen sowie Bedürfnisse einzubringen.

Skills-Training

Die Schwerpunkte dieser Trainings sind die Entwicklung, Verbesserung und Festigung einzeltechnischer (Ballannahme, Ballbehandlung, Passtechnik, Schusstechniken) und einzeltaktischer Aspekte, sowie koordinative Fertigkeiten.

Torhüter-Training

Sämtliche RLZ-Trainings stehen auch für Torhüter offen. In vielen Bereichen versuchen wir, die Torhüter in sinnvoller Weise ins Technik-Training zu involvieren. Einzelne Einheiten werden durch einen Torhüter-Trainer ergänzt und spezifisch an Goalie-Skills gearbeitet.

Wo es Sinn macht, werden wir anhand der Anmeldungen mehrere Torhüter zusammenziehen.

Zusatzleistungen

Wenn gewünscht, werden den RLZ-Athleten:innen neben den Trainingsschwerpunkten auch Zusatzleistungen geboten:

◆ **Eintrittsgespräch / Bedürfnisabklärung / Ausbildungspartner**

Bei Neuanmeldung findet mit jedem Athleten:in eine kurze Bedürfnisabklärung in einem Eintrittsgespräch statt. Das Leistungszentrum koordiniert – wo notwendig oder gewünscht – die Aufgaben mit dem Ausbildungspartner und unterstützt den Athleten:in um Ausbildung und Leistungssport unter einen Hut zu bringen. Vom einfachen Gesuch, über Koordinationsgespräche bis hin zur Unterstützung mittels Ausbildungsverträge.

◆ **Vereinskoordination**

Um Vereins- und RLZ-Training in idealer Weise zu kombinieren, kann eine Koordination mit den Vereinsverantwortlichen sinnvoll sein. Auch den Kontakt zu allfälligen Auswahltrainern übernimmt das Leistungszentrum.

◆ **Standortgespräch**

Ein jährlich stattfindendes Standortgespräch unterstützt den Athleten:in in seiner Entwicklung und Planung der nächsten Karriere-Schritte.

TRAINER

Im RLZ Winterthur sind folgende Trainer engagiert:



AMOS COPPE

Trainer und Leiter RLZ Standort Winterthur

Ausbildungen / Funktionen:

- ◆ Trainer Leistungssport mit eidg. Fachausweis
- ◆ Dipl. Turn- und Sportlehrer
- ◆ MSc in Bewegungswissenschaften

- ◆ Talentmanager HC Rychenberg Winterthur
- ◆ Cheftrainer Schweizer Nationalteam U19 Frauen



JUKKA KINNUNEN (FIN)

Trainer RLZ Standort Winterthur

Ausbildungen / Funktionen:

- ◆ Trainer Leistungssport mit finnischem Trainerdiplom

- ◆ Ehemaliger Cheftrainer NLA HC Rychenberg Winterthur
- ◆ Ehemaliger Lehrer/Trainer Kokkola Floorball-Academy (FIN)



MIRCO CASTELLETTI

Torhüter-Trainer RLZ Standort Winterthur

Ausbildungen / Funktionen:

- ◆ Dipl. Turn- und Sportlehrer

- ◆ Torhütertrainer NLA / U21 beim HC Rychenberg Winterthur
- ◆ Assistenztrainer NLA HC Rychenberg Winterthur
- ◆ Torhüter- und Assistenztrainer Schweizer Nationalteam U19 Frauen

TRAININGSANGEBOT

| DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG |
|--|---|--|--|
| AXA Arena | AXA Arena | AXA Arena | AXA Arena |
| <ul style="list-style-type: none"> ◇ 07.00–08.00 Uhr* ◇ 08.00–09.30 Uhr* | <ul style="list-style-type: none"> ◇ 07.00–08.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ◇ 06.30–08.00 Uhr (NLA) ◇ 08.00–09.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none"> ◇ 07.00–08.00 Uhr* ◇ 08.00–09.30 Uhr* |

*inkl. Torhütertrainer möglich, je nach Anzahl der Anmeldungen (max. 3 Torhüter gleichzeitig)

Die angegebenen Trainingszeiten verstehen sich als Angebot. Für die Durchführung der jeweiligen Trainingslektion werden mind. 5 Athlet:innen vorausgesetzt. Dabei werden die Trainingsplätze folgendermassen priorisiert:

- ◆ Schüler:innen einer kantonalen Sportschule (Partner-Schulen)
- ◆ Athleten:innen mit einer Talent-Card National
- ◆ Athleten:innen mit einer Talent-Card Regional
- ◆ Alle weiteren Athlet:innen

Über die definitive Durchführung der einzelnen Trainingslektionen wird nach Anmeldeschluss entschieden. Nach Möglichkeit werden für alle Athlet:innen Lösungen gesucht und mit den Ausbildungspartnern koordiniert. Die Lektionen gelten grundsätzlich für das gesamte Schuljahr. Während den örtlichen Schulferien finden keine RLZ-Trainings statt.

Trainingsort

Sämtliche Trainings des RLZ Standort Winterthur finden in der AXA Arena in Winterthur statt.

AUFNAHMEKRITERIEN

Das Angebot steht sämtlichen Athlet:innen der ganzen Schweiz offen, zudem ist das Angebot vereinsneutral, eine Mitgliedschaft beim HC Rychenberg ist nicht notwendig. Voraussetzung ist die Erfüllung der folgenden Aufnahmekriterien:

- ◆ **Trainingsstunden**
Der/die Athlet:in absolviert im Durchschnitt wöchentlich mindestens 10 Trainingsstunden (inkl. RLZ-Trainings)
- ◆ **Vereinstraining**
Der/die Athlet:in absolviert im Wochen-Durchschnitt mindestens 3-4 Vereins- oder Auswahltrainings

- ◆ **Spielerdossier**

Der/die Athlet:in reicht bis zum Schulbeginn resp. ersten Training das vollständig ausgefüllte Spielerdossier ein (Bestandteil der Anmeldung)

- ◆ **Wochenplan**

Der Athlet/die Athletin reicht bis zum Schulbeginn/ersten Training den vollständig ausgefüllten Wochenplan ein (Bestandteil der Anmeldung)

- ◆ **Jahresgebühr**

Mit der Bezahlung der Jahresgebühr ist der/die Athlet:in zu den Trainings am RLZ zugelassen

KOSTEN

| | TALENT-CARD NATIONAL* | TALENT-CARD REGIONAL* | TALENT-CARD LOKAL* / OHNE TALENT-CARD |
|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| 1 einstündiges Training/Woche | CHF 500 | CHF 600 | CHF 650 |
| 2 einstündige Trainings/Woche | CHF 1000 | CHF 1100 | CHF 1200 |
| 3 einstündige Trainings/Woche | CHF 1400 | CHF 1600 | CHF 1750 |

*für den Zeitraum von August 2021 bis Juli 2022

Die Preise verstehen sich für das ganze Schuljahr (in der Regel 38–40 Schulwochen). Im Preis enthalten sind die angemeldeten Trainingslektionen gemäss Angebot sowie die angebotenen Zusatzleistungen.

ANMELDUNG

Die Anmeldung erfolgt mittels Anmeldeformular (PDF) per Mail an: riz@hcrychenberg.ch

Anmeldeschluss für das Schuljahr 22/23 ist der 15. Mai 2022.

Die provisorische Lektionen-Zuteilung erfolgt bis zum Ende der Sommerferien (22.08.2022). Aufgrund von ausstehenden Gesuchen, Stundenplänen etc. kann es erfahrungsgemäss in den ersten 3 Schulwochen, zur einen oder anderen Verschiebungen kommen. Die definitive Liste der Teilnehmenden folgt in dieser Zeit.

KONTAKT



Amos Coppe
Leiter RLZ Standort Winterthur
Tel. 079 784 42 56
riz@hcrychenberg.ch



RLZ Standort Winterthur
c/o HC Rychemberg
Grüzelfeldstrasse 32
8400 Winterthur

PARTNER



Der Verband swiss unihockey unterstützt mit einem Label das Regionale Leistungszentrum Zürich und möchte damit die Arbeit im Unihockey Nachwuchsleistungssport wirksam unterstützen.



Der Kantonalzürcher-Unihockeyverband unterstützt als Trägerschaft den Standort Winterthur.



Das Sportamt des Kantons Zürich anerkennt das Regionale Leistungszentrum Zürich als Trägerschaft für Leistungssport im Unihockey.



Der HC Rychenberg Winterthur ist der Betreiber des RLZ Standort Winterthur. Als Zentrumsverein für Leistungs-Unihockey im Herren-Bereich nimmt der Verein die Nachwuchsförderung in der Region Winterthur und Umgebung wahr.



Der «SBW Talent-Campus Winterthur» bietet ausgewiesenen Talenten aus den Bereichen Sport, Musik und Tanz mit einem hohen Trainingsaufwand die Möglichkeit, eine Sekundarschulausbildung und die sportliche oder musische Karriere gleichzeitig und ganzheitlich zu kombinieren.



Die UNITED school of sports ist die grösste Berufsfachschule für Sporttalente in der Schweiz und arbeitet mit dem Standort Winterthur eng zusammen.



Die Red Ants Rychenberg Winterthur sind Partner des RLZ Standort Winterthur. Als Zentrumsverein für Leistungs-Unihockey im Damen-Bereich nimmt der Verein die Nachwuchsförderung der Region Winterthur und Umgebung wahr.