



# HYBRIDTRAINING

## Verschränktes Training auf Eis- und Kunststoffeis



### Inhaltsverzeichnis

- 2 Die Idee / Die Beschreibung
- 3 Die Ziele
- 4 Das Kunststoffeis von LIKE-ICE!
- 6 Die Umsetzung
- 8 Hockey Trainings Center (HTC)
- 10 Aktivitäten des HTC



**WELTNEUHEIT JAHRESABO**

**Trainieren so oft und wann Du willst!**

Ein gemeinsames Studienprojekt von:



# Die Idee



Mit Hybridtraining (=verschränktes Training auf Eis- und Kunststoffeis) den Eishockeynachwuchs um einen echten Sprung besser machen. Es stellt sich nicht die Frage ob Eis- oder Kunststoffeis, sondern die Notwendigkeit bestehende Eisflächen mit Kunststoffeis zu kombinieren. Dies schafft

- + **Zusätzliche Eiszeiten**  
(siehe fehlende Ressource Eiszeit)
- + **Nimmt den Druck auf die Eiszeiten**  
(siehe fehlende Ressource Eiszeit)
- + **Erlaubt ein ganzjähriges Trainingsprogramm** (siehe Skill Center, Skate Mill...)
- + **Ermöglicht Einzel- und Individualtraining**  
(Abo, Einzeltraining ..)

2 und somit bessere Eishockeyspieler.



# Die Beschreibung

Mit Kindern aus dem Eishockeynachwuchs aus Landesligavereinen wird ein Team gebildet, das durch intensives Hybridtraining (=verschränktes Training auf Eis- und Kunststoffeis) innerhalb von 2 Jahren auf ein Bundesliganiveau geführt werden soll. Sportmedizinisch und wissenschaftlich begleitet wird die Entwicklung der Nachwuchsspieler durch die medizinische Abteilung des Olympiazentrum Kärnten.



# Die Ziele



- ✓ Spieler, die ohne dieses Projekt den Sprung in die U16 Bundesliga nicht schaffen würden, haben hiermit die Möglichkeit durch intensives Training eine Chance zu bekommen. Das Programm zielt auf zwei Jahre ab. Nach dieser Zeit sollen auch möglichst viele Spieler den Status „Begehrter Bundesligaspieler U18“ erreichen.

## U16 BUNDESLIGA

Es ist dabei auch die Aufgabe des HTC Teams die Spieler durch entsprechende Kontakte in weiterführende Ligen, Vereine zu bringen.

- ✓ Es soll mit diesem Projekt gezeigt werden das ein Hybridtraining (=verschränktes Training auf Eis- und Kunststoffeis) wesentliche Vorteile für den Eishockeysport und den Eishockeysportler bringt. Wesentliche Skills des Eishockeysports

## GANZJÄHRIGES TRAINING VERSCHRÄNKTES TRAINING

(Eislaufen, Schusstechnik, Stickhandling) können auf Kunststoffeis erfolgen und somit wird die Ressource

„Eishalle“ wesentlich geschont.

Das Hybridtraining (=verschränktes Training auf Eis- und Kunststoffeis) erlaubt erstmals auch die Umsetzung von ganzjährigen und individuellen Trainingsplänen.

- ✓ Durch die Sportmedizinisch/wissenschaftliche Begleitung des Projektes durch das Olympiazentrum Kärnten wird die Entwicklung der Kids (Motorik, Leistungsfähigkeit und Skills) im Rahmen des Hybridtrainings (=verschränktes Training auf Eis- und Kunststoffeis) erfasst und dokumentiert.

## OLYMPIA- ZENTRUM KÄRNTEN





# LIKE-ICE!

## Das Kunststoffeis von LIKE-ICE!

LIKE-ICE! Technologieführer zum Thema synthetisches Kunsteis  
LI KE-ICE! plus 7 Synthetische Kunsteisplatten (Plastik) zum Schlittschuhlaufen

### LIKE-ICE! plus7

**Besonderheit I** wir sind selbstschmierend d. h. wir brauchen kein Gleitmittel (oder auch keine Schutzemulsion, keine Imprägnierung usw.) auf die Fläche auftragen. Und dabei hat LIKE-ICE! plus7 80 % Gleitfähigkeit im Verhältnis zu Echteis (lt. Widerstandsmessung).

SELBST-  
SCHMIEREND

**Besonderheit II** unser Quick-Connect System. Es ist patentiert Patentiert und hält allen „Bewegungen des Plastiks“ stand. Einfacher geht ein Auf- und Abbau einer Eisfläche nicht mehr.

PATENTIERTES  
QUICK-  
CONNECT SYSTEM





## EISLAUF- HALTUNG WIE AUF EIS

**Besonderheit III** wir haben dieselbe Eislaufhaltung wie auf Eis. Wir sind chemisch manipuliert d. h. ein Eislaufen in normaler Eislaufhaltung ist garantiert.

Dies bedeutet dass sowohl Gleiten als auch Bremsen wie auf echtem Eis funktioniert, d. h. keine ungewohnte Körperhaltung und eine Beanspruchung der gleichen Muskulatur.

**LIKE-ICE! ist offizieller OFF-ICE!  
Partner des Eishockeysportes in  
Österreich.**



LIKE-ICE! hat mit allen Landesverbänden eine Kooperation zum Thema Off-ICE abgeschlossen (ÖEHV, StEHV, TEHV, OÖEHV, KEHV, WEHV, VEHV, NÖEHV, SEHV)

Mehr zu LIKE-ICE! findet Ihr hier: [🏠 www.LIKE-ICE.com](https://www.LIKE-ICE.com)

Die Entscheidung für **LIKE-ICE!** als Kunststoffeisbelag war ob der Besonderheiten bei der Eislaufhaltung, der **gleichbleibenden Gleitfähigkeit** und der **bestehenden Eishockeyreferenzen** und der Kooperation mit dem **österreichischen Eishockeysport** naheliegend.



# Die Umsetzung



**ÜBERBLICK** Mit Ende der Spielsaison 2018/19 beginnt das intensive Training für die kommende Saison. Von März bis Juni wird 3x die Woche bei HTC trainiert. Schwerpunkt ist dabei das Techniktraining um die individuellen Mankos jedes einzelnen auszubessern.

MÄRZ - JUNI  
3x DIE WOCHE  
TECHNIK-  
TRAINING

Bei HTC steht mit Schussplätzen, Skatemill und großer Spielfläche für Passtechnik und Stickhandling sowie Kraftgeräte für den Dryland - Bereich zur Verfügung.

Zum Start des Projektes erfolgt eine umfangreiche Statusfeststellung jedes einzelnen im technischen und sportmedizinischen Bereich um zukünftige Veränderungen entsprechend zu dokumentieren.

6

Die technische Statusermittlung erfolgt dabei durch das Trainer-team unter der Leitung von Pawel Stepanenko.

INDIVIDUELLE  
NUTZUNG DER  
HTC ANLAGEN

Grundsätzlich wird darauf Wert gelegt, dass lediglich Spieler am Programm teilnehmen die Ihren sportlichen Schwerpunkt auf Eishockey legen.

UMFANGREICHE  
STATUSFESTSTELLUNG

Zusätzlich kann jedes Kadermitglied die Anlage von HTC jederzeit individuell nutzen, um außerhalb der gemeinsamen Trainings zusätzliche Übungen machen zu können.



Mit Beginn der Sommerferien wird die Intensität auf 4 Einheiten je Woche erhöht.

## ZUSÄTZLICH: MAI – AUGUST 2x IM MONAT EISTRAINING

Zusätzlich wird in den Monaten Mai – August mindestens 2 x im Monat auf Eis trainiert um eben jene Trainings absolvieren zu können die nur auf Eis möglich sind. (Spielaufbau, Geschwindigkeit, Großfeldspiel).

In dieser Zeit werden auch diverse Vorbereitungsspiele stattfinden.

Mit September 2019 beginnt dann die Bundesliga Saison mit rund 40 Spielen gegen renommierte österreichische Teams.

Während dem Meisterschaftsbetrieb wird nur noch einmal die Woche bei HTC und einmal die Woche auf Eis gemeinsam trainiert. Weitere Trainings, im Regelfall zweimal die Woche erfolgt in den Landesligavereinen.

Da das erste Jahr auch mit Spielern des Jahrganges 2006 und 2005 gespielt wird, ist in der ersten Saison 2019/20 die Erwartungshaltung gering.

Die zweite Saison 2020/21 gilt dann als Maßstab. Ein Platz unter den besten 6 Teams soll dabei zumindest erreicht werden.

## ZWEITE SAISON GILT ALS MASSSTAB



# Hockey Trainings Center (HTC)

Das Hockey Trainings Center befindet sich im Osten von Klagenfurt, rund 10km von Völkermarkt entfernt. Es wurde im April 2016 gegründet.

In einer Halle mit 1000m<sup>2</sup> Grundfläche und 200m<sup>2</sup> Freifläche dreht sich alles nur um Eishockey.

## Die Arena

30m x 14m Spielfläche - LIKE-ICE! Plus7.

Massive Holzbanden, Original Eishockeytore, Trainingsutensilien, kleine Tore, Pondhockey Tore.



## Der Schussplatz

14m x 8m Spielfläche - LIKE-ICE! Plus7.

## Stickhandlingplatz

8 x 6m Fläche - LIKE-ICE! Plus7

Zum Trainieren der „Schnellen Hände“. Mit Hockeysnake, Hindernissen und Targetgoal



## Die Skatemill

8m x 8m Spielfläche - LIKE-ICE! Plus7.

Mit Banden, Originaltor mit Sensoren, Front, Seiten-





kameras, 200 Übungsvideos, 4 Monitore, Laptop mit Dartfish-Analysetool



Modernste Anlage in Österreich. Zugänglich für alle Vereine, Nachwuchs- und Hobbyspieler. Mit Unterstützung des Landes Kärnten und Sponsoren konnte dieses Projekt im September 2018 umgesetzt werden und leistet bereits einen Beitrag zur Verbesserung der Eislauftechnik, speziell im Nachwuchsbereich.

### Die Kraftkammer

8m x 8m Fläche mit diversen Kraftgeräten.



### Hockey Second Hand – Shop

Einzigartiges Tauschportal für Eishockeyspieler.

Gebrauchte Artikel werden angekauft und mit geringstmöglichem Aufschlag weiterverkauft.

Damit wird der Einstieg in den Hockeysport vielen jungen Spielern kostengünstig möglich gemacht.

Die Blade Master Eisschuhschleifanlage sorgt für frischen Schliff.



### Weiteres:

4 Garderoben, Duschen, WC, Getränk Kühlschrank, Pizzaofen, Grill und Soundanlage stehen für die Gemütlichkeit der Anlage.



# Aktivitäten des HTC

HTC veranstaltet unzählige Bewerbe im Eishockeybereich.



## **WELTNEUHEIT JAHRESABO**

### **Trainieren so oft und wann Du willst**

Mit dem HTC Jahresabo wird es den Spielern ermöglicht, die Anlage des HTC zu jeder Tages- und Nachtzeit zu nutzen. (Jeder Spieler des U16 Teams HTC/VST - Black Bulls erhält ein Jahresabo gratis).

### ✓ **Individual Training**

Einzeltraining verschiedener Skills

### ✓ **Skatemill Training**

Verbesserung der Eislauftechnik

### ✓ **NHL- Cup U9 und U11**

Findet bereits zum 5. Mal statt und ist zu einer Institution im Kärntner Eishockey geworden. (Findet in verschiedenen Kärntner Eishallen statt) Spieler aus Kärnten, Steiermark und Slowenien spielen in gemischten Teams einen Bewerb über 9 Turniertage. Rund 120 Kinder nehmen jährlich daran teil.

### ✓ **Special Skills Veranstaltungen**

Dabei werden in 3 - stündigen Veranstaltungen spezielle Eishockeythemen trainiert. z.B. Thema: „Gezogener Schuß“ Theorie, Praxis mit Trainerunterstützung, Videoanalysen jedes Teilnehmers. Trainer: Marco Pewal, Gerald Rössmann, Pavel Stepanenko, David Picka, Zdeno Picka.

### ✓ **Hockeyschule**

Für Kinder zwischen 5 - 12 Jahren - ganzjährig

### ✓ **Wöchentliches Goalietraining für 6 - 11-jährige Torhüter**

Kaum ein Verein trainiert mit den Kleinsten. Hier zeigen wir den Jüngsten, professionell die Basics des Torhüters.

✓ Darüber hinaus finden bei HTC viele Mannschaftstrainings, Spiele von Hobbyspielern, und vieles mehr statt.



## Trainingsorte

HTC Hockey Trainings Center **Poggersdorf**  
Olympiazentrum Kärnten **Klagenfurt**

Eishalle VST **Völkermarkt**

Eishalle Velden **Velden**

Eishalle Villach **Villach**

Eishalle Bled **Bled**

Eishalle **Klagenfurt**

Eishalle **Steindorf**



## Spielort – Bundesliga – Heimspiele

Eishalle **Klagenfurt**

Eishalle **Völkermarkt**

## Team



**Mario Kulnig** Organisatorische Leitung

**Pawel Stephanenko** Headcoach

**David Rottmann** Coach

**David Picka** Coach

**Nate DiCasmiro** Coach

## Kader



22 Spieler aus Landesligavereinen  
(Völkermarkt, Velden, Steindorf, Tarco, Althofen).

1 Spieler Jahrgang 2007

3 Spieler Jahrgang 2006

5 Spieler Jahrgang 2005

10 Spieler Jahrgang 2004

2 Spieler Jahrgang 2003

# Wer ist dabei


## Projektträger



## Projektpartner



# Studienschritte

- ✓ Laufende Dokumentation
- ✓ Zwischenbericht nach dem ersten Jahr
- ✓ Endbericht nach dem zweiten Jahr
- ✓ Veröffentlichungen 

## Interessiert?

Sie sind an unserem Projekt interessiert und möchten selbst so ein Projekt umsetzen?

## Kontaktieren Sie uns einfach unter:

- ☎ 0676 - 7 72 80 60
- ✉ k.kulnig@htc.or.at

🏠 [www.htc.or.at](http://www.htc.or.at)

HTC - HOCKEY TRAININGS CENTER  
Wirtschaftspark 14  
9130 Poggersdorf