**Informationen für Kinder und Eltern der Laufschule bis U17 von A bis Z**

Liebe Eltern,

Ihr spielt eine unverzichtbare Rolle im langfristigen Erfolg eurer Kinder im Sport. Um den Saisonverlauf für eure Kinder optimal zu unterstützen, haben wir hier die wichtigsten Informationen für euch zusammengestellt. Der Leitfaden gilt für alle Teams, von der Lauflernschule bis zur U17.

|  |  |
| --- | --- |
| **A – Ausrüstung**  Die komplette Ausrüstung besteht aus folgenden Teilen:   * Helm (1) mit Gitter in schwarz (achtet hier auf das Ablaufdatum und CE-Zeichen) * Hals- und Nackenschutz (2) (Voraussetzung für Spiel und Training, schnittfest + CE-zertifiziert) * Brust- und Schulterschutz (3) * Ellenbogenschutz (4) * Trikot (5) (Trainingstrikots bekommt ihr vom Verein geliehen, ebenso wie Spieltrikots) * Hose (6) (gepolstert) * Handschuhe (7) * Hose mit integriertem Tiefschutz (8) und Klettbändern, an denen man die Stutzen (10) befestigen kann (alternativ: Tiefschutz und Strapse einzeln) * Schienbeinschoner (9) (inkl. Knieschützer) * Stutzen (10) * Eishockey-Schlittschuhe (11) (gibt es auch schon gute gebrauchte im Internet) * Schwitzanzug: **Unter die Ausrüstung kommt ein Schwitzanzug** oder Unterwäsche mit langem Bein und Arm (ideal ist Funktionsunterwäsche, die auch zum Skifahren geeignet ist, es gibt auch Eishockeyschwitzwäsche, ist aber kein Muss). * Eishockeyschläger (achtet auf die Biegung, es gibt links oder rechts) * Tasche * Duschzeug: Das Schlittschuhlaufen und das Spielen auf dem Eis sind sehr bewegungsintensiv. Aus diesem Grund empfehlen wir eine Körperpflege (Duschen oder Waschen) nach dem Training. Nicht zu vergessen, eine warme Mütze, damit du dich mit den nassen Haaren auf dem Nachhauseweg nicht erkältest. |  |

**Die Kinder in der Laufschule** benötigen noch keine Eishockeyausrüstung, hier reichen warme Winterkleidung (Ellenbogen- und Schienbeinschoner vom Inliner fahren, Schneehose, Jacke und Handschuhe!!). Ein Fahrrad- oder auch Skihelm sind Pflicht, der Verein hat in begrenzter Anzahl auch ein paar Helme mit Gitter zum Ausleihen da.

**B – Betreuer**

Betreuer gibt es in jeder Mannschaft von der Laufschule bis hoch zur Jugend und sogar bei den Senioren. Die Mannschaftsführer, Betreuer und die Jugendleitung sind Ansprechpartner für alle organisatorischen Fragen. Die Betreuer kümmern sich in der Kabine (Eltern sind nur in der Lauflernschule + U7 in der Kabine erlaubt), während der Trainingseinheiten, der Turniere und der Spiele um alle Belange der Kinder. Informationen werden per WhatsApp und die App Spieler Plus verteilt. Man muss sich dort für jeden Termin (Training und Spiel) an- oder abmelden.

Bei kurzfristigen Absagen, z. B. aufgrund von Krankheit, ist es unbedingt erforderlich, dass ihr direkt telefonisch Kontakt zum Trainer aufnehmt. Sollte dieser nicht erreichbar sein, wendet euch bitte an die Mannschaftsführung. Es ist nicht ausreichend, kurzfristige Absagen nur über die App oder WhatsApp zu kommunizieren.

**C – Coach (Trainer)**

Unser hauptamtlicher Trainer Dieter Händel (Didi) und weitere Trainer betreuen die jeweiligen Mannschaften. Die Lauflernschule wird von Spielern der 1. Mannschaft begleitet. Die Namen und Zuständigkeit der Trainer und Betreuer sind zum Beispiel auf der Homepage namentlich nachzulesen. Zu Saisonbeginn stellen sich Trainer und Betreuer bei der Elternschaft im Rahmen eines Elternabends vor.

**D – DEB**

Der Deutsche Eishockey Bund (DEB) wurde 1963 gegründet und ist der zuständige Verband für den Eishockeysport in Deutschland. Vor seiner Gründung war Eishockey im Deutschen Eissport-Verband (DEV) mit organisiert. Der DEB organisiert die deutschen Nationalmannschaften von der U16 bis zu den Senioren.

<http://www.deb-online.de/>

**E – Eishalle Höchstadt**

Eisstadion Höchstadt an der Aisch

Kieferndorfer Weg 77

91315 Höchstadt an der Aisch

Tel.: 09193/2895

E-Mail: [sportzentren@hoechstadt.de](mailto:sportzentren@hoechstadt.de)

<https://www.hoechstadt.de/erleben/freizeit-sport/eisstadion/>

**F – Fahrgemeinschaften**

Die Turniere der U7 und U9 (im Jahr ca. 8 Turniere) finden an Samstagen oder Sonntagen statt. Die Austragungsorte reichen von Pegnitz, über Amberg bis nach Haßfurt, Schweinfurt, Bayreuth. Ein bis zwei Turniere finden natürlich auch in Höchstadt statt. In älteren Jugendmannschaften liegen die Austragungsorte häufig noch weiter weg. Um die Fahrtkosten zu optimieren, schließen sich Eltern zu Fahrgemeinschaften zusammen. Hierfür ist eine gute Kommunikation der Eltern untereinander und Eltern/Betreuer notwendig.

**G – Goalie**

Der Torwart (Goalie) trägt in einem Spiel eine sehr große Verantwortung. Er ist die letzte Grenze zwischen dem Gegner und dem eigenen Tor. Er trägt eine andere Schutzausrüstung als die Stürmer und Verteidiger: einen besonderen Helm, andere Beinschützer, andere Handschuhe, usw. bis hin zu anderen Schlittschuhen. Wer sich für diese spannende Aufgabe interessiert, sollte sich direkt an einen Trainer wenden.

**G – Gefährlicher Sport?**

Eishockey ist dank der vorgeschriebenen Ausrüstung weit weniger gefährlich, als viele andere Mannschaftssportarten. So weist Eishockey statistisch weit weniger Verletzungen auf als Fußball.

Besonders in den jüngeren Jahrgängen sind Verletzungen sehr selten. Bei allen Turnieren ist die Anwesenheit eines Ersthelfers Pflicht.

Das viel gescholtene Bild des zahnlosen Eishockeyspielers gehört der Vergangenheit an. Diese Haudegen stammen aus einer Zeit, als im Tor noch ohne Gesichtsschutz gespielt wurde und in der Jugend ein Helmgitter noch nicht Pflicht war.

**H – Hockey**

Der Name „Hockey“ kommt aus dem Französischen und bedeutet „krummer Stock“. Als Mutterland des Eishockeys gilt Kanada. In einer Universität in Montreal fand 1875 das erste Eishockeyspiel statt. William Fleet Robertson stellte die ersten Regeln auf. Auch den Puck hat er „erfunden“. Er beschnitt einen Gummiball, bis nur noch eine Scheibe übrig blieb. Heue gehört Eishockey zu den beliebtesten Mannschaftssportarten. Zwei Teams treten gegeneinander an. Jedes Team versucht, den Puck möglichst oft ins gegnerische Tor zu schießen. Dazu benutzen die Spieler ihren Schläger. Die Schläger bestehen aus Holz oder Karbonfasern. Schüsse mit den Füßen sind verboten. Der Puck muss die Torlinie ganz überqueren. Der Puck hat einen Durchmesser von 7,62 cm, ist 2,54 cm hoch und wiegt ca. 160 g. Bei den Großen erreicht der Puck eine Geschwindigkeit von bis zu 170 km/h. Eine der wichtigsten Grundregeln ist – über Schulterhöhe hat der Schläger nichts zu suchen. Wer einen anderen Spieler mit dem Stock behindert oder gar schlägt, wird dafür streng bestraft.

**I - Internet**

Viele Informationen zum Verein, über unsere Jugendmannschaften unter dem Punkt **Nachwuchs** und zu den Spielen der „Großen“, also unserer Oberligamannschaft, findet ihr unter:

<https://www.hoechstadtalligators.de>

<https://www.hoechstadtalligators.de/young-alligators>

**J – Jungen und Mädchen?**

Keine Frage!

Selbstverständlich spielen bei uns auch Mädchen Eishockey. Bis zur Jugend spielen und trainieren Mädchen und Jungen gemeinsam. Für junge Damen geht es dann zu einer Damenmannschaft. Mädchen, die im Kindergartenalter mit dem Eishockeysport beginnen, haben große Chancen einmal in der Nationalmannschaft zu spielen! Für weniger ehrgeizige gilt: das Schlittschuhlaufen werden sie auf jeden Fall nicht mehr verlernen.

**K – Kaufen der Ausrüstung**

Wenn nach der Laufschule der Schritt in die Mannschaft geschafft ist, ist es sinnvoll, gebrauchte Ausrüstungsteile von älteren Kindern zu übernehmen. Zu unserer Saisoneröffnung werden gebrauchte, über den Sommer zu klein gewordene Ausrüstungsteile von Eltern an Eltern verkauft. Wir haben aber auch eine WhatsApp Gruppe in die wir euch sehr gerne aufnehmen können. Einfach bei der Jugendleitung melden.

Neue Ausrüstung kann man beispielsweise in Nürnberg bei Möller Sport kaufen. Er kann euch auf jeden Fall bei der benötigten Größe unterstützen. Nehmt euch aber ein bisschen Zeit mit. Wenn ihr etwas kauft, lasst euch eine Kundenkartei anlegen, dann ist es auch nicht schlimm, wenn ihr mal den Kassenzettel verliert. Und sagt dazu, dass ihr von den Young Alligators kommt, dann gibt er euch Rabatt:

<https://moeller-sport.com/>

Online gibt es selbstverständlich auch verschiedenste Möglichkeiten. Aber wir empfehlen Angebote, Rabatte, Versandkosten und vor allem die Umtauschmöglichkeiten zu vergleichen:

<https://www.toponice.de/>

<https://www.killahockey.de/>

<https://www.hockeycorner.de/>

<https://www.sportega.de/>

<http://www.hps-sport-shop.de/>

**L – Laufschule**

Wichtigste Voraussetzung für das Eishockeyspielen ist das sichere Fahren auf dem Eis. In der Laufschule lernen die Kinder vorwärts und rückwärts fahren, sie lernen übersetzen, sprinten und vor allem bremsen. Die Laufschule ist der Einstieg in das richtige Training für alle Kinder – unabhängig von ihren Vorkenntnissen. Erst wenn die Kinder die Schlittschuhe beherrschen und nicht umgekehrt, kommen die ersten Übungen mit Stock (Schläger) und Scheibe (Puck) hinzu.

Die empfohlene obere Altersgrenze für den Eintritt in den Eishockey-Sport ist 9 Jahre.

**M – Mitgliedschaft**

Nach einem dreimaligen Schnuppertraining besteht die Möglichkeit, eine 10er Karte

für das Laufschultraining käuflich zu erwerben. Mit dieser 10er Karte ist das 11te Mal umsonst. Nach dem dreimaligen Schnuppern ist eine passive Mitgliedschaft im Verein notwendig, um den Versicherungsschutz zu gewährleisten (01.01. - 31.12., wird anteilig auf das Jahr berechnet, je nachdem wann man eintritt)

Erst wenn das Kind aktiv in einer Mannschaft mittrainiert, kommt die aktive Mitgliedschaft hinzu. Die aktive Mitgliedschaft gilt für die Saison und wird meistens auf zweimal abgebucht, im September und im Frühjahr.

<https://www.hoechstadtalligators.de/mitgliedschaft>

**N – Nachwuchs**

Der Einstieg ins Eishockey beginnt mit der Laufschule. Hier die Einteilung der folgenden Altersklassen bei den Young Alligators:

U7 Kinder, die in dem Kalenderjahr, in dem die Wettkampfsaison beginnt, noch nicht 7 Jahre alt werden

U9 Kinder, die in dem Kalenderjahr, in dem die Wettkampfsaison beginnt, noch nicht 9 Jahre alt werden

U11 Kinder, die in dem Kalenderjahr, in dem die Wettkampfsaison beginnt, noch nicht 11 Jahre alt werden

U13 Kinder, die in dem Kalenderjahr, in dem die Wettkampfsaison beginnt, noch nicht 13 Jahre alt werden

U15 Kinder, die in dem Kalenderjahr, in dem die Wettkampfsaison beginnt, noch nicht 15 Jahre alt werden

U17 Kinder, die in dem Kalenderjahr, in dem die Wettkampfsaison beginnt, noch nicht 17 Jahre werden

U20 (gibt es momentan keine, soll wieder etabliert werden (Stand Saison 24/25)

1b Seniorenbereich, um die Lücke zwischen der Jugend und der 1. Mannschaft zu schließen, ist aber der Jugend angeschlossen, ab dem 17ten Lebensjahr

**O – Ordnung und Pünktlichkeit**

Die Taschen mit der vollständigen Ausrüstung der Kinder sind groß, schwer und

unhandlich. Auch die vielen ungewohnten Ausrüstungsteile sind für die Kinder am

Anfang nicht überschaubar. Die Kinder benötigen zuhause die Hilfe der Eltern.

Die Taschen sollten vor dem Training, vor der Abfahrt zum Turnier immer daheim auf

Vollständigkeit kontrolliert werden – es wäre nicht das erste Mal, dass ein Kind ohne

Schlittschuhe oder ohne Halsschutz beim Training erscheint. Das Anziehen der

Ausrüstung sollte immer wieder zuhause geübt werden.

Ein wichtiger Punkt ist die absolute Pünktlichkeit sowohl beim Training als auch bei

den Spielen und Turnieren. Aufgrund der hohen Hallenauslastung sind die Eiszeiten für die Vereine genau festgelegt. In der Regel sind sie begrenzt durch die Zeiten für die Eisbereitung. Für das Training muss mindestens ein halbe Stunde für das Anziehen

der Ausrüstung eingeplant werden. Gerade bei den Anfängern, wenn noch alles neu

und ungewohnt ist, kann es durchaus länger dauern.

Bei den Spielen und Turnieren ist es grundsätzlich so, wenn nicht zu Beginn alle da sind, darf die komplette Mannschaft nicht spielen bzw. wird aus der Wertung genommen.

**P - Probetraining**

Wir laden 4- bis 9-jährige Jungen und Mädchen ganz herzlich zum dreimaligen, kostenlosen Schnuppertraining während der Laufschulzeiten ein. Anmeldung und weitere Info unter:

[jugendleitung@hoechstadt-alligators.de](mailto:jugendleitung@hoechstadt-alligators.de)

**Q – Querfeld (-turnier)**

Die Mannschaften der U7 und der U9 spielen so genannte Querfeldturniere. Die Spielfelder befinden sich in den beiden Enddritteln des großen Spielfeldes, begrenzt von den blauen Linien (U7 etwas kleiner). Die Spieldauer beträgt 20 Minuten. Die Durchführungsbestimmungen sehen vor, dass nach 1 Minute der komplette Block gewechselt werden muss. Gespielt wird pro Mannschaft mit 4 Spielerblöcken mit je 4 Feldspielern und einem Goalie (engl. für Torhüter). Ist ein zweiter Goalie im Team, so sollte jeder Goalie 50% spielen. Checks sind definitiv verboten und gehören in dieser Spielklasse auch noch nicht dazu. Ersatzspieler werden in den Blöcken aufgeteilt und spielen für gewöhnlich jeden 2. Wechsel oder je nach Spielsituation, diese Entscheidung trifft einzig und allein der Trainer.

**R – Rote Linie**

Die Mittellinie auf dem Eis, die das Spielfeld halbiert.

**S - Schlittschuhe**

Der Schlittschuh ist einer der ältesten Sportartikel der Welt. Schon vor mehreren hundert Jahren verwendete man Tierknochen als Kufen. Später dienten ausgediente oder abgebrochene Säbelklingen als erste Metallkufen. Der Spielerschlittschuh, egal ob aus Leder oder Kunststoff, muss einen ausreichenden Schutz gegen Stockschläge und anprallende Pucks gewährleisten. Billigschlittschuhe aus dem Discounter oder Schlittschuhe, die größenverstellbar sind, eignen sich nicht für das Eishockeytraining. Sie bieten keinen ausreichenden Schutz. Auch Eiskunstlauf-Schlittschuhe sind wegen ihrer speziellen Kufen für das Eishockey ungeeignet. Achtung beim Kauf: Eltern, die ihren Kindern Schlittschuhe kaufen, sollten dabei nicht nach dem Motto „er oder sie wird schon hineinwachsen“ vorgehen und bis zu zwei Nummern größere Schuhe kaufen. Der Schuh muss richtig sitzen, sonst “schwimmt“ der Fuß im Schuh, und der junge Spieler lernt nie richtig Schlittschuhlaufen. Zu große Schlittschuhe erkennt man meistens daran, dass die Füße der Kinder seitlich wegknicken. Bei breiten Füßen oder bei Senk- und Spreizfüßen ist es wichtig, Schuhe in der Weite EE zu probieren. Die Schuhlänge sollte ca. 6-10mm größer sein als der Fuß. Am besten kann man dies feststellen, wenn man bei der Anprobe die Einlegsohle heraus nimmt. Verfügbare Weiten: C = schmal, D = mittel, E = weit, EE = extra weit. Schlittschuhe also am besten im Fachgeschäft kaufen und beraten lassen!

Achtung: Neue Schlittschuhe sind in der Regel ungeschliffen!

Die Schlittschuhe müssen regelmäßig geschliffen werden. Die Young Alligators bieten das Schleifen günstig an. Ansprechpartner sind die Betreuer der einzelnen Mannschaften.

Wichtig sind auch möglichst breite Schnürsenkel aus Baumwolle. Diese lassen sich wesentlich einfacher binden, als Schnürsenkel aus Kunststoff. Am Besten sind diese gewachst und nicht zu lang.

**S – Sommertraining**

Die Eissaison endet in der Regel im März und beginnt im September. Das bedeutet aber nicht, dass in der Zeit davor und danach nicht trainiert wird. Ab Mai bis zum Beginn der Sommerferien findet bis zu dreimal die Woche ein Sommertraining ab der Altersklasse U7/U9 statt, hier werden Stocktechnik und koordinative Fähigkeiten trainiert und vieles mehr noch. In den großen Sommerferien findet kein Training statt.

**T – Trinken**

Trinken während und nach dem Training ist sehr wichtig, da die Kinder beim Training sehr viel schwitzen, also Flüssigkeit verlieren. Gut geeignet sind spezielle Trinkflaschen, aus denen die Kinder trinken können, ohne das Gitter vom Helm öffnen zu müssen. Bitte die Flaschen mit stillem oder möglichst kohlensäurearmen Wasser füllen.

**U – Unterstützung durch die Eltern**

Oft sind Eltern zunächst besorgt, wenn der Sohn oder die Tochter den Wunsch hat, Eishockey zu spielen. Diese Sorgen sind unberechtigt. Eishockey gehört vor allem im Nachwuchsbereich zu den Sportarten mit geringer Verletzungshäufigkeit. Beim Eishockey lernt man Disziplin und Teamgeist, wenn man in einer Mannschaft spielt. Das Spielgerät, der Stock oder Schläger, ist eigentlich eine gefährliche Waffe! Aber der Eishockeyspieler lernt, mit diesem Gerät sportlich und diszipliniert umzugehen. Und Eishockey macht Spaß! In der schnellsten Mannschaftssportart der Welt aktiv zu sein, ist schon etwas Besonderes. Und Übrigens: „Wenn Eishockey einfach wäre, würde es Fußball heißen!“

Entscheidend für den Gesamterfolg eines Turniers und den laufenden Ligabetrieb sind nicht nur die Leistungen der Mannschaften, sondern auch die Unterstützung durch die Eltern quasi „backstage“. Für die Durchführung eines Heimspiels oder Heim-Turniers werden viele helfende Hände gebraucht: beim Kuchenbacken, beim Kaffee- und Kuchenverkauf, als Zeitnehmer, Punktrichter, Sprecher, Sanitäter, u.v.m. Hierfür haben wir auch Pflichtstunden eingeführt.

Die Regelung hierfür findet ihr auf der Homepage:

<https://www.hoechstadtalligators.de/mitgliedschaft>

(Pflichtarbeitsordnung im Nachwuchs).

**V – Verein**

Sehr viele Informationen zum Verein findet ihr auf der Homepage des HEC:

<https://www.hoechstadtalligators.de/>

**W – Wichtig:** der Vollgesichtsschutz und der Halsschutz.

Der Vollgesichtsschutz ist beim Nachwuchs Pflicht. Ebenso der Hals- und Nackenschutz. Damit ist das Risiko von Gesichtsverletzungen absolut minimiert. Die Vereinsfarben sind grün/weiß/schwarz. Bitte kauft nicht nur eine schwarze Hose, sondern auch einen schwarzen Helm, wenn neue Ausrüstungsteile gekauft werden müssen.

**X – X-mal**

Ob die Eltern mit in die Kabine dürfen oder nicht, könnte unendlich diskutiert werden.

Fakt ist, dass sobald die Kinder aus der Laufschule und der U7 in eine höhere Mannschaft wechseln von da an diesen Weg alleine gehen müssen. Erstens, weil von den anderen Kindern auch keine Eltern mehr dabei sind und zweitens, da es bei Auswärts-Turnieren und -Spielen teilweise gar nicht möglich ist, mit in die Kabinen zu gehen.

Ausnahme: Bei den Kindern, die in der Laufschule und U7 sind, wird natürlich die elterliche Hilfe beim An- und Umziehen und die Aufmunterung bzw. Motivation durch Mama oder Papa am ehesten gebraucht.

**Y – Young Alligators**

Die Young Alligators sind unsere Nachwuchsmannschaften von U7 bis U17. Sie werden bei Turnieren und Spielen durch ihre Fans, das sind Eltern, Großeltern, Geschwister und Freunde, lautstark unterstützt.

**Z – (Trainings-)Zeiten**

Die Trainingspläne werden über den jeweiligen Mannschaftsführer verteilt und in der SpielerPlus-App eingepflegt.

**Z – Zeitintensiv**

Zeitintensiv, so könnte man den Eishockeysport als Hobby bezeichnen. Eltern sollten sich über den Zeitumfang (3 Trainings pro Woche, Kabinenzeit vor und nach jedem Training, Spiele und entsprechende Anfahrtstrecken, etc.) bewusst machen.

Anlage zur A:Ausrüstung:

