

# PISTE 2023

## SWISS ICE SKATING



# EI STANZ



### BEURTEILUNGSKRITERIEN FÜR DIE TALENTSELEKTION

VERSION: 10. SEPTEMBER 2022

# BEURTEILUNGSKRITERIEN FÜR DIE TALENTSELEKTION IM EISTANZ

## – PISTE EISTANZ 2023 –

<b>1.</b>	<b>VORSTELLUNG.....</b>	<b>2</b>
<b>2.</b>	<b>MINIMALTKRITERIEN .....</b>	<b>2</b>
<b>3.</b>	<b>ANMELDEVERFAHREN .....</b>	<b>3</b>
<b>4.</b>	<b>MITTEILUNG DER RESULTATE .....</b>	<b>4</b>
<b>5.</b>	<b>BEWERTUNGSKRITERIEN .....</b>	<b>5</b>
<b>5.1.</b>	<b>WERDEGANG ATHLETEN (25 PUNKTEN) .....</b>	<b>6</b>
	<i>5.1.1. Resultate der Schweizer Meisterschaften 2023.....</i>	<i>6</i>
	<i>5.1.2. Verhältnis Durchschnitt der 2 besten Personal Best und Alter.....</i>	<i>6</i>
	<i>5.1.3. Psyche.....</i>	<i>9</i>
	<i>5.1.4. Biographie.....</i>	<i>9</i>
<b>5.2</b>	<b>SPEZIFISCHE LEISTUNGSNIVEAU (55 PUNKTEN).....</b>	<b>11</b>
<b>5.3.</b>	<b>PHYSISCHES LEISTUNGSNIVEAU (20 PUNKTEN).....</b>	<b>12</b>
	<i>5.3.1. Koordination.....</i>	<i>13</i>
	<i>5.3.2. Explosivität.....</i>	<i>13</i>
	<i>5.3.3. Beweglichkeit.....</i>	<i>14</i>
	<i>5.3.4. Widerstandsfähigkeit.....</i>	<i>15</i>
	<i>5.3.5. Spezifisch für Eistanz.....</i>	<i>16</i>
	<i>5.3.6. Ausdauer.....</i>	<i>19</i>
<b>6.</b>	<b>ERINNERUNG AN WICHTIGE DATEN.....</b>	<b>20</b>

## 1. VORSTELLUNG

Alle Informationen über den [Athletenweg](#) und die [Organisation](#) des Leistungssports im Eiskunstlauf sind [online](#) auf der Website von **Swiss Ice Skating** zu finden.

**PISTE** (Prognostische Integrative Systematische Trainer-Einschätzung) ermöglicht den Sportverbänden ein optimales Programm zur Identifikation von Talenten. So sind die Verbände durch dieses Instrument und die Vergabe der [Swiss Olympic Talent Cards](#) (SOTC) in der Lage, ihre **Nachwuchskader** mit einem einheitlichen, lesbaren und transparenten Standard für alle Sportarten zu bilden, wobei sie in erster Linie die spezifischen und auf die jeweilige Sportart zugeschnittenen Parameter berücksichtigen ([Präsentationsvideo](#)).

Die **Swiss Olympic Talent Cards National, Regional und Lokal** werden an Mitglieder der Junioren-Nationalmannschaft, des Junioren-Nationalkaders, des Novizen-Nationalkaders oder des Interregionalen Nachwuchskaders verliehen.

Ab dieser Saison 2022-2023 gibt es für die **Kategorien Novice und Junioren** nur noch einen gemeinsamen PISTE EISTANZ Test.

Diese Änderung steht im Zusammenhang mit der Vorgabe, die Swiss Ice Skating Kategorien für Eistanz Wettkämpfe mit dem **FTEM** System von **Swiss Olympic** in Übereinstimmung zu bringen. Der Nachwuchs entspricht der FTEM Phase **T** (Talent von T1 bis T4), die Kategorien Novizen und Junioren umfasst. Alle allgemeinen Details sind auf der Website von [swissolympic.ch](http://swissolympic.ch) zu finden.

In völliger Übereinstimmung mit dem von **Swiss Olympic** empfohlenen **FTEM**-System ist das Prinzip der Talenterkennung mit **PISTE EISTANZ 2023** als eines der Screening-Instrumente zu verstehen, die dem Verband zur Verfügung stehen, um die Mitglieder seiner **Nachwuchskader** zu selektieren. Der Kerngedanke ist nicht, «nur die Besten zu belohnen», sondern vielmehr «die Geeignetsten» zu identifizieren, die kurz- oder mittelfristig eine Chance auf Erfolg im Leistungssport hätten.

**PISTE EISTANZ 2023** von Swiss Ice Skating ist deshalb für alle Athleten, die in der Saison 2022-23 auf nationaler Ebene in einer der Kategorien «Novice» oder «Junior» gestartet sind und für die Saison 2023-24 in ein nationales oder interregionales Nachwuchskader im Eistanz selektioniert werden möchten, obligatorisch.

Ein Athlet, der nicht für ein Nachwuchskader für die Saison 2023-24 selektioniert werden möchte, darf nicht an der **PISTE EISTANZ 2023** teilnehmen.

## 2. MINIMALTKRITERIEN

**PISTE EINSTANZ 2023** wird zur Identifikation von Talenten im Eistanz auf den Stufen **T1** bis **T4** auf der Basis des **FTEM** von Swiss Ice Skating angeboten.

Um an **PISTE EISTANZ 2023** teilzunehmen, müssen die Kandidaten daher zwingend:

- eine gültige **Swiss Ice Skating-Lizenz** besitzen;
- **Bis zum 30. Juni 2023** mindestens das Alter von **10** Jahren erreicht haben, aber bei Mädchen bis zum 30. Juni 2023 noch nicht das Alter von **19** Jahren erreicht haben und bei Knaben bis zum 30. Juni 2023 noch nicht das Alter von **21** Jahren erreicht haben;

- **Test Niveau 2** für Athleten, die in der Saison 2022-23 in der Kategorie Junior starteten, **Test Niveau 1** für Athleten, die in der Kategorie Adv./Int. Novice starteten, oder **Pré-Niveau Test** für Athleten, die in der Saison 2022-23 in der Kategorie Basic Novice starteten und bis zum **15.02.2023** bestanden haben;
- Bei den **physischen Tests** obligatorisch eine von einem Sportarzt ordnungsgemäß ausgestellte medizinische Eignungsbescheinigung vorlegen, die die Kontrolle durch eine **sportmedizinische Untersuchung (SPU)** bescheinigt und nicht älter als **20 Monate** ist (geht zu finanziellen Lasten der Athleten). Für **PISTE NACHWUCHS und JUNIOREN 2022** eingereichte ärztliche Bescheinigungen, die nach dem 1. Juli 2021 ausgestellt wurden, bleiben auch in diesem Jahr für **PISTE EISTANZ 2023** gültig.

### 3. ANMELDEVERFAHREN

Die Anmeldung jedes Kandidaten für **PISTE EISTANZ 2023** muss von seinem Club über die Online-Plattform des Mitgliedersystems (**VVA**) von **Swiss Ice Skating** erfolgen.

Der Zeitraum der Anmeldung ist vom **1. November** bis zum **15. Dezember 2022** \*.

Eine Anmeldegebühr von **CHF 125.00** pro Teilnehmer ist zum Zeitpunkt der Anmeldung auf folgendes Konto zu überweisen:

**IBAN: CH63 0079 0016 5964 5505 3**  
**Berner Kantonalbank BEKB, 3001 Bern**  
**Swiss Ice Skating, Talgut-Zentrum 27, 3063 Ittigen b. Bern**  
**Mitteilung: Name, Vorname – PISTE EISTANZ 2023 (+ Angabe der gewählten Physischen Tests)**

Im Falle einer Absage des Athleten/der Athletin bleibt die Anmeldegebühr geschuldet. Es wird daher empfohlen, mit der Anmeldung eines Athleten über das VVA zu warten, bis die Teilnahme sicher.

Ein Athlet, der sich aus irgendeinem Grund gegen eine Teilnahme an **PISTE EISTANZ 2023** entschieden hat, verzichtet de facto auf die Möglichkeit, eine **Swiss Olympic Talent Card** zu erhalten sowie in ein **Nachwuchskader** für die Saison 2023-24 aufgenommen zu werden. **Aus Gründen der Sportlichkeit wird darum gebeten, den Nationaltrainer Eistanz über jede Abmeldung bis Ende März 2023 zu informieren, um nicht negativ in die Quote der zu vergebenden Karten einzugreifen.**

**Achtung: Eine Anmeldung ohne Zahlungseingang führt automatisch zum Ausschluss eines Teilnehmers \*.**

Seit der Digitalisierung der **Swiss Olympic Talent Cards** und deren Versand per E-Mail ist es sehr wichtig, dass die persönlichen Daten, die für jeden Athleten im Mitgliedersystem (**VVA**) von **Swiss Ice Skating** gespeichert sind, von den Vereinen vollständig aktualisiert werden, insbesondere die E-Mail-Adresse der Familie und der Name des Cheftrainers.

*\* Eistanzer/innen, die den Test für die Teilnahme an der **PISTE EISTANZEN 2023** noch nicht bestanden haben, müssen sich zwischen dem 1. November und dem 15. Dezember 2022 anmelden. Die Anmeldegebühr kann jedoch bezahlt werden, sobald der erforderliche Test bestanden wurde und die Teilnahme an **PISTE EISTANZEN 2023** bestätigt wurde.*

## 4. MITTEILUNG DER RESULTATE

Die Rangliste von **PISTE EISTANZ 2023** sowie die Liste der Inhaber einer **Swiss Olympic Talent Card** und die Selektionen in die verschiedenen **Nachwuchskader 2023-24** werden auf der Website von Swiss Ice Skating veröffentlicht.

Die Ergebnisse aller durch **PISTE EISTANZ 2023** erzeugten Daten bleiben jedoch vertraulich und werden per E-Mail nur den Athleten über die E-Mail-Adresse ihrer Familie mitgeteilt. Diese Daten werden auch dem Cheftrainer mitgeteilt, dessen Name bei der Anmeldung im Mitgliedersystem (**VVA**) von **Swiss Ice Skating** registriert wurde.

Ausnahmefälle (die nicht durch dieses Dokument abgedeckt sind) werden von **Swiss Ice Skating** beurteilt, ebenso wie die mögliche Vergabe einer **Swiss Olympic Talent Card**.

---

### Informationen und Kontakt:

**Richard Leroy**

Chef Leistungssport Eiskunstlauf und Eistanz

## 5. BEWERTUNGSKRITERIEN

Das Programm **PISTE EISTANZ 2023** im Eiskunstlauf basiert auf folgenden sportlichen Kriterien:

Kriterien	Gewichtung
Werdegang des Athleten/der Athletin	25 %
Spezifisches Leistungsniveau	55 %
Physisches Leistungsniveau	20 %
<b>Total</b>	<b>100 %</b>

Das Total der Kriterien bestimmt die Anzahl der Punkte (bis 100) für die Einstufung der **PISTE EISTANZ 2023**.



Abhängig vom **PISTE EISTANZ 2023** Ranking und der Quote der Swiss Olympic Talent Cards, die von **Swiss Olympic** für die Saison 2023-24 vergeben werden, wird die Verteilung der nationalen, regionalen oder lokalen SOTC für das Eiskunstlaufen in Übereinstimmung mit den gültigen **Kriterien für die Kaderselektionen von Swiss Ice Skating** festgelegt.

## 5.1. WERDEGANG ATHLETEN (25 %)

Die Kriterien für den **Werdegang der Athleten**, welche mit dem **FTEM** Konzept Eistanz korrelieren, ermöglichen maximal **25 Punkte**. Dieser Test gibt Auskunft über das kurz- und mittelfristige Potenzial jedes Kandidaten in Abhängigkeit seiner sportlichen Voraussetzungen, seinem Alter und seinen Perspektiven in der Phase «TALENT», indem folgende Kriterien berücksichtigt werden:

- **Resultate der Schweizer Meisterschaften 2023**
- **Verhältnis zwischen dem Durchschnitt der zwei besten «Personal Best» (PD + FD oder RD + FD) und dem Alter**
- **Informationen im Zusammenhang mit seiner Biografie** (sein biologisches Alter, sein Geburtsmonat, sein Trainingsalter im Eistanzen, seine Belastbarkeit, sein Umfeld und sein schulisches Umfeld).
- **Seine Leistungsmotivation (Psyche)**

### 5.1.1. Resultate der Schweizer Meisterschaften 2023

Für dieses Kriterium werden Punkte vergeben, die einerseits vom Ergebnis der **Schweizermeisterschaften 2023** und andererseits vom **TCS (Total Competition Score)** abhängen, die an den Schweizermeisterschaften bzw. in der entsprechenden Kategorie erzielt wurden. Ein Athlet kann aufgrund dieser Kriterien maximal 5 Punkte nach den folgenden Skalen erreichen:

Kategorie Basic Novice										
Resultat SM / TCS SM	≥20	≥25	≥30	≥35	≥40	≥45	≥50			
1. Rang	1,5	2,5	3,5	4,5	5	5	5			
2. Rang	0,5	1,5	2,5	3,5	4	4,5	4,5			
3. Rang	0	1	1,5	2,5	3	3,5	4			
4. Rang	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3,5			
Kategorie Intermediate Novice										
Resultat SM / TCS SM	≥45	≥50	≥55	≥60	≥65	≥70	≥75			
1. Rang	1,5	2,5	3,5	4,5	5	5	5			
2. Rang	0,5	1,5	2,5	3,5	4	4,5	4,5			
3. Rang	0	1	1,5	2,5	3	3,5	4			
4. Rang	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3,5			
Kategorie Advanced Novice										
Resultat SM / TCS SM	≥65	≥70	≥75	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110
1. Rang	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5	5
2. Rang	0,5	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	4,5	5
3. Rang	0	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	4,5
4. Rang	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	3,5	4

Kategorie Junior										
Resultat SM / TCS SM	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110	≥120	≥130	≥140
1. Rang	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5	5
2. Rang	0,5	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	4,5	5
3. Rang	0	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4	4,5
4. Rang	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	3,5	4
5. Rang	0	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3	3,5

### 5.1.2. Verhältnis Durchschnitt der 2 besten «Personal Best» und Alter

Für dieses Kriterium berücksichtigt die Berechnungsmethode das **Alter des Athleten (am 30.06.2023)**, die **Wettkampfkategorie**, das **Geschlecht** sowie den **Durchschnitt der 2 besten «Personal Best»** der Saison (Pattern Dances + Free Dance für die Kategorien Novice, Rythm Dance + Free Dance für die Kategorie Junioren), die an Swiss Cups oder Schweizermeisterschaften oder von Swiss Ice Skating organisierten Tests / Test Skates oder internationalen ISU-Wettkämpfen bis zum **12. März 2023** erzielt wurden. Maximal 10 Punkte werden gemäss den folgenden Skalen vergeben:

Kategorie Basic Novice							
Mädchen							
Ø PB / Alter	≥20	≥25	≥30	≥35	≥40	≥45	≥50
<11	4,5	5,5	7	8,5	10	10	10
11	3,5	4,5	6	7,5	9	10	10
12	2	3	4	5,5	7	9	10
13	0	1	2	3,5	5,5	7	9
Knaben							
Ø PB / Alter	≥20	≥25	≥30	≥35	≥40	≥45	≥50
<11	5,5	6,5	8	9,5	10	10	10
11	4,5	5,5	7	8,5	9,5	10	10
12	2,5	3,5	5	6,5	8	9,5	10
13	1	2	3	4,5	6	7,5	9,5
Kategorie Intermediate Novice							
Mädchen							
Ø PB / Alter	≥45	≥50	≥55	≥60	≥65	≥70	≥75
<12	6	7,5	9	10	10	10	10
12	4,5	6	7,5	9	10	10	10
13	3	4,5	5,5	7	8,5	10	10
14	1,5	2,5	3,5	5	6,5	8	9
15	0	0,5	1,5	2,5	4	5,5	7,5

Knaben							
Ø PB / Alter	≥45	≥50	≥55	≥60	≥65	≥70	≥75
<12	7	8,5	9,5	10	10	10	10
12	6	7	8	9,5	10	10	10
13	5	6	7	8,5	9,5	10	10
14	3,5	4,5	6	7	8,5	9,5	10
15	1	2	3	4,5	6	7,5	9

Kategorie Advanced Novice										
Mädchen										
Ø PB / Alter	≥65	≥70	≥75	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110
<12	6,5	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10	10	10
12	5	6	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10	10
13	3	4,5	6	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10
14	1,5	3	4,5	6	7,5	8,5	9,5	10	10	10
15	0	1	2,5	4	5,5	7	8	9	9,5	9,5

Knaben										
Ø PB / Alter	≥65	≥70	≥75	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110
<13	6,5	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10	10	10
13	5	6	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10	10
14	3,5	5	6	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10
15	2	3	4,5	6	7,5	8,5	9,5	10	10	10
16	0,5	1,5	3	4,5	5,5	7	8	9	9,5	10
17	0	0	1	2,5	3,5	4,5	6	7	8,5	9,5

Kategorie Junior										
Mädchen										
Ø PB / Alter	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110	≥120	≥130	≥140
<14	5,5	6,5	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10	10
14	4	5	6,5	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10
15	2,5	4	5	6,5	7,5	8,5	9,5	10	10	10
16	1	2,5	4	5	6	7,5	8,5	9,5	10	10
17	0	1	2,5	4	5	6	7,5	8,5	9,5	10
18	0	0	0,5	1,5	3	4	5	6,5	8	9,5

Knaben										
Ø PB / Alter	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110	≥120	≥130	≥140
<15	5,5	6,5	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10	10
15	4,5	5,5	6,5	7,5	8,5	9,5	10	10	10	10
16	2,5	3,5	5	6	7	8,5	9,5	10	10	10
17	1	2,5	3,5	4,5	5,5	7	8,5	9,5	10	10
18	0	1	2,5	3,5	4,5	5,5	6,5	8	9,5	10
19	0	0	1	2,5	3,5	4,5	5,5	6,5	8	9,5
20	0	0	0	0,5	2	3	4	5	6,5	8

### 5.1.3. Psyche

Die gewählte Referenzmethode zur Beurteilung des Kriteriums Psyche im Rahmen der Talenterkennung ist die Beurteilung des **leistungsmotivierten Verhaltens durch den Trainer (LEMOVIS-I)**.

Leistungsmotivation ist der Wille, sportliche Aufgaben mit Disziplin und Ausdauer anzugehen, sie aber auch bis zum Ende zu verfolgen. Die Häufigkeit verschiedener leistungsmotivierter Verhaltensweisen (z. B. während des Trainings, im Wettkampf, nach einer Niederlage usw.) sollte vom Headcoach des Athleten (1. Beobachter) sowie vom Mental- oder Fitnesstrainer oder einem Assistenztrainer (2. Beobachter) für einen Zeitraum der letzten 12 Monate vor den Schweizer Meisterschaften 2023 **objektiv beurteilt** werden.

Anhand des von **Swiss Olympic** vorgegebenen Auswertungsrasters **Bewertungsraster (LEMOVIS-I)** müssen die Daten für jeden Athleten von den beiden Beobachtern ausgefüllt und anschliessend vom Cheftrainer ohne Aufforderung per E-Mail bis zum **20. Februar 2023** an ([cedric.pernet@swissiceskating.ch](mailto:cedric.pernet@swissiceskating.ch)), Nationaltrainer Eistanz zugestellt werden.

Nach der Bewertung: Je höher der Mittelwert der Skala, desto höher wird das Niveau des leistungsmotivierten Verhaltens des Athleten eingeschätzt. Die Skalen berücksichtigen die Eigeninitiative, die Erfolgsorientierung und den Leistungswillen. Die Gesamtpunktzahl, die mit dieser Methode erreicht werden kann, beträgt 12. Der so ermittelte Wert wird durch 2,4 geteilt, um die Punktzahl auf 5 Punkte für das Kriterium **Psyche** zu erhalten.

**Achtung:** Es werden keine Punkte an Athleten vergeben, deren Bewertungsbogen nicht rechtzeitig bei Cedric Pernet eingegangen ist oder deren Ergebnis die Realität in eklatanter Weise nicht widerspiegelt.

### 5.1.4. Biographie

Die Berücksichtigung von Informationen im Zusammenhang mit der **Biografie** eines Talents ermöglicht es, sein Potenzial besser zu definieren und gleichzeitig eine gerechtere Bewertung vorzuschlagen. Dieses **Biografie-Kriterium** wird daher anhand der folgenden sechs Parameter bewertet:

- 1- Der Geburtsmonat
- 2- Der biologische Entwicklungsstand
- 3- Das Trainingsalter im Eistanz
- 4- Die körperliche Belastbarkeit
- 5- Das Umfeld
- 6- Die schulischen Voraussetzungen

Die Bewertung dieser **6 Parameter** erfolgt mithilfe eines **Bewertungsbogens**, den jeder Cheftrainer für jeden Athleten **objektiv** ausfüllen muss, damit die Bewertung die Realität widerspiegelt.

Das Formular für jeden Athleten wird dem Haupttrainer des Bewerbers nach Ende der Anmeldefrist am **15. Dezember 2022** mitgeteilt. Das ausgefüllte Formular ist **unaufgefordert per E-Mail vor dem 15. Januar 2023** an ([cedric.pernet@swissiceskating.ch](mailto:cedric.pernet@swissiceskating.ch)) zu senden.

Die Gesamtpunktzahl, die für jeden Athleten erreicht werden kann, beträgt 100 Punkte. Der so ermittelte Wert wird durch 20 geteilt, um die 5-Punkte für das Kriterium **Biografie** zu erhalten.

**Achtung:** Es werden keine Punkte an Athleten vergeben, deren Bewertungsbogen nicht rechtzeitig bei Cédric Pernet eingegangen ist.

Im Folgenden finden Sie die Skalen für die Kategorie «Novice» und die Kategorie «Junior» für die 6 Parameter, die mithilfe des Bewertungsbogens bewertet werden:

1- Parameter : Geburtsmonat			2- Parameter : Biologische Entwicklungsstand		
	Novice	Junior		Novice	Junior
Juli	0	0	Späte Entwicklung	25	15
August	1	1	Normale Entwicklung	12	8
September	3	3	Frühe Entwicklung	0	0
Oktober	5	5			
November	7	7			
Dezember	9	9			
Januar	11	11			
Februar	13	13			
März	15	15			
April	17	17			
Mai	19	19			
Juni	21	21			

3- Parameter : Trainingsalter im Eistanz			4- Parameter : Körperliche Belastbarkeit (Anzahl der Abwesenheiten zwischen September und März)		
	Novice	Junior		Novice	Junior
0,5	25	20	Eher hoch (mehr als 10 Tage zwischen Sept. und März)	0	0
1	21	17	Eher mittel (zwischen 5 und 10 Tagen zwischen Sept. und März)	6	10
1,5	17	14	Eher niedrig (weniger als 5 Tage zwischen Sept. und März)	11	20
2	14	12			
2,5	11	10			
3	9	8			
3,5	7	6			
4	5	5			
4,5	4	4			
5	3	3			
5,5	2	2			
6	1	1			

5- Parameter : Umfeld			6- Parameter : schulischen Voraussetzungen		
	Novice	Junior		Novice	Junior
Ungünstig	0	0	Keine Flexibilität	0	0
Günstig	4	6	Flexibilität bei der Beurlaubung für bestimmte	3	4
			Trainingseinheiten/Wettkämpfe.		
Sehr günstig	9	12	Befreiung von bestimmten Schulfächern	6	8
			Sportklasse/Sportschule		

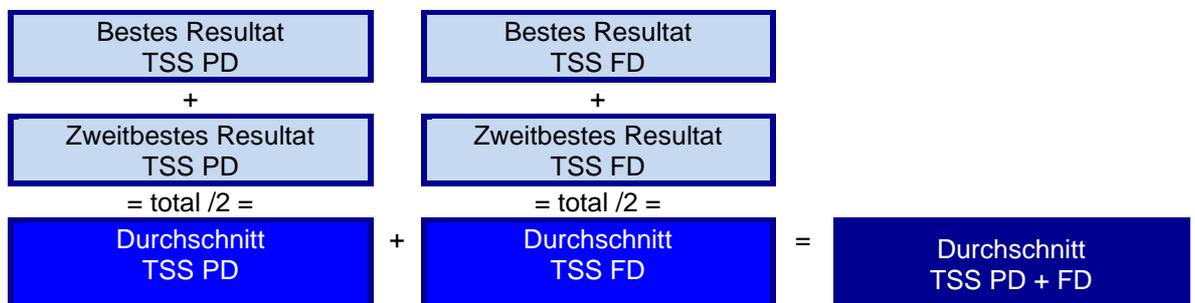
## 5.2 SPEZIFISCHE LEISTUNGSNIVEAU (55 %)

Die Referenzwettkämpfe, die zur Bestimmung des **spezifischen Leistungsniveaus** und der Vergabe von maximal 55 Punkten bestimmt werden, sind:

- **Die Schweizer Meisterschaften Mini, Jugend, Novice und Junioren** im Eistanzen im Jahr 2023 und alle von **Swiss Ice Skating** organisierten **Swiss-Cups und Tests/Test Skates** dieser Kategorien in der Saison 2022-23.
- **Internationale Wettkämpfe des offiziellen ISU-Kalenders** (auch als Interclub offen) in den Kategorien «Novice» und «Junior» im Eistanz (**bis zum 12. März 2023**)

### Kategorien ISU Novices :

Die Gesamtpunktzahl (TSS) - aus dem Durchschnitt der zwei besten "Pattern Dances" plus dem Durchschnitt der zwei besten «Free Dance» der Saison - wird berücksichtigt, um eine Note gemäß der folgenden Berechnung zu vergeben



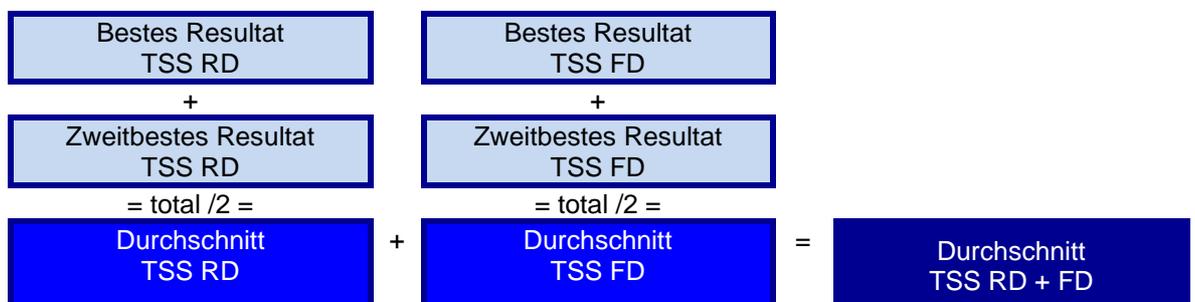
Die Gesamtpunktzahl wird je nach Wettbewerbskategorie mit dem folgenden Korrekturfaktor angepasst:

**Basic Novice** = (Durchschnitt TSS PD + FD – 10) x 1.20 = Endresultat / 55 Punkte  
**Intermediate Novice** = (Durchschnitt TSS PD + FD – 25) x 1.05 = Endresultat / 55 Punkte  
**Advanced Novice** = (Durchschnitt TSS PD + FD – 42) x 0.80 = Endresultat / 55 Punkte

Ein Athlet kann für dieses Kriterium nicht mehr als 55 Punkte erreichen, selbst wenn seine Gesamtpunktzahl für die technischen Punkte nach der verwendeten Methode über 55 Punkte liegt. Um dieses Kriterium zu erfüllen, muss man während der Saison an mindestens zwei ausgewählten Referenzwettkämpfen in der Altersklasse «Novice» teilgenommen haben!

### Kategorie ISU Junior :

Die Gesamtpunktzahl (TSS) - aus dem Durchschnitt der zwei besten "Rythm dance" plus dem Durchschnitt der zwei besten «Free Dance» der Saison - wird berücksichtigt, um eine Note gemäß der folgenden Berechnung zu vergeben



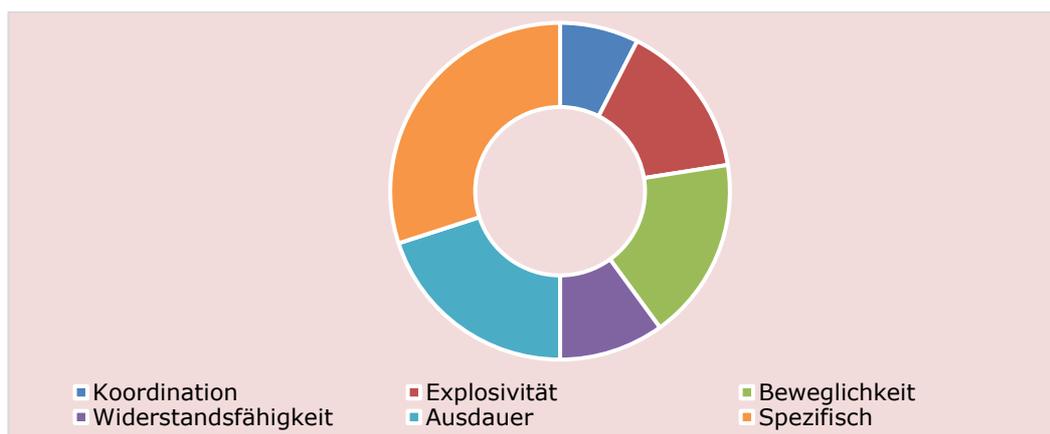
Die Gesamtpunktzahl wird je nach Wettbewerbskategorie mit dem folgenden Korrekturfaktor angepasst:

**Junior** = (Durchschnitt TSS RD + FD – 45) x 0,60 = Endresultat / 55 Punkte

Ein Athlet kann für dieses Kriterium nicht mehr als 55 Punkte erreichen, selbst wenn seine Gesamtpunktzahl für die technischen Punkte nach der verwendeten Methode über 55 Punkte liegt. Um dieses Kriterium zu erfüllen, muss man während der Saison an mindestens zwei ausgewählten Referenzwettkämpfen in der Altersklasse «Junior» teilgenommen haben!

### 5.3. PHYSISCHES LEISTUNGSNIVEAU (20 %)

Die Referenztests, die zur Bestimmung des **physischen Leistungsniveaus** ausgewählt und über mehrere **physische Tests** hinweg für die maximale Vergabe von **20 Punkten** organisiert werden, sind proportional in folgende Bereiche aufgeteilt:



Um die in den **physischen Tests** erreichte Gesamtpunktzahl in Abhängigkeit von Alter und Geschlecht des Bewerbers zu relativieren, wird die **Gesamtpunktzahl** nach folgendem Schema gewertet:

Alter in der Saison 2022-23	Mädchen	Knaben
M11 Jahre	x 1,200	x 1,200
M12 Jahre	x 1,160	x 1,140
M13 Jahre	x 1,120	x 1,080
M14 Jahre	x 1,080	x 1,020
M15 Jahre	x 1,040	x 0,960
M16 Jahre	x 1,000	x 0,900
M17 Jahre	x 0,960	x 0,840
M18 Jahre	x 0,920	x 0,780
M19 Jahre		x 0,730
M20 Jahre		x 0,690

Ein Athlet kann nicht mehr als 20 Punkte für dieses Kriterium erreichen, selbst wenn seine Gesamtpunktzahl (mit Korrekturkoeffizient) je nach Methode über 20 Punkte hinausgeht.

Die 2 **physischen Tests** Eistanz werden entsprechend der Anzahl der potenziellen Kandidaten für die **PISTE EISTANZ 2023** mit einem einzigen Team von «PISTEurs» an einem halben Tag organisiert (ca. 3 Stunden):

Ort / Test	Date	Zeit
Luzern – ET 1	26.02.2023	14:00 – 18:00
Luzern – ET 2	12.03.2023	14:00 – 18:00

**Achtung:** Die gewünschte Test-Session muss bei der Anmeldung angegeben werden. Informationen zur Organisation sowie das detaillierte Protokoll der **physischen Tests** können auf der Seite **PISTE** der Website von **Swiss Ice Skating** eingesehen werden. Die Ergebnisse der physischen Tests werden jedem Athleten individuell am Ende jeder Testsession mitgeteilt.

### 5.3.1. Koordination

Wichtig: Jeder Kandidat wird gebeten, sein eigenes Springseil mitzubringen!

- **Seilspringen 1. Übung –  
Maximal Anzahl Einzelsprünge in 15 Sekunden**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Zwei Versuche, nur der Bessere wird gezählt. Die Gewichtung wird berechnet nach der Anzahl Sprünge, die in 15 Sekunden korrekt ausgeführt wurden:	Punkte	
< 35 Sprünge	0,00	Ungenügend
35 – 54 Sprünge	0,25	Genügend
≥ 55 Sprünge	0,50	Gut

- **Seilspringen 2. Übung –  
Maximal Anzahl Doppelsprünge in 10 Sekunden**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Zwei Versuche, nur der Bessere wird gezählt. Die Gewichtung wird berechnet nach der Anzahl Sprünge, die in 10 Sekunden korrekt ausgeführt wurden:	Punkte	
< 10 Sprünge	0,00	Ungenügend
11 – 24 Sprünge	0,25	Genügend
≥ 25 Sprünge	0,50	Gut

- **Seilspringen 3. Übung –  
Maximale Anzahl an «Kreuz-Sprüngen»  
mit gekreuzten Armen und Füßen in 10 Sekunden**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Zwei Versuche, nur der Bessere wird gezählt. Die Gewichtung wird berechnet nach der Anzahl Sprünge, die in 10 Sekunden korrekt ausgeführt wurden:	Punkte	
< 10 Sprünge	0,00	Ungenügend
11 – 19 Sprünge	0,25	Genügend
≥ 20 Sprünge	0,50	Gut

### 5.3.2. Explosivität

- **Hochsprung ohne Schwung**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Zwei Versuche, nur der beste wird gezählt. Die Gewichtung wird anhand der erreichten Sprunghöhe (in cm) berechnet:	Punkte	
< 26.0 cm	0,00	Ungenügend
26.0 – 29.9 cm	0,25	Genügend
30.0 – 33.9 cm	0,50	Zufriedenstellend
34.0 – 37.9 cm	0,75	
38.0 – 41.9 cm	1,00	Gut
42.0 – 45.9 cm	1,25	
46.0 – 49.9 cm	1,50	Ausgezeichnet
≥ 50.0	1,75	

- Weitsprung ohne Anlauf**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Zwei Versuche, nur der beste wird gezählt. Die Gewichtung wird anhand der erreichten Sprunglänge (in cm) berechnet:		Points	
< 160.0 cm	0,00	Ungenügend	
160,0 – 174.9 cm	0,25	Genügend	
175.0 – 189.9 cm	0,50	Zufriedenstellend	
190.0 – 204.9 cm	0,75		
205.0 – 219.9 cm	1,00	Gut	
220.0 – 234.9 cm	1,25		
235.0 – 249.9 cm	1,50	Ausgezeichnet	
≥ 250.0	1,75		

### 5.3.3. Beweglichkeit

- Beweglichkeitsübung im Sitzen**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Ein einziger Versuch. Die Gewichtung wird anhand des Winkels (in Grad) berechnet, der sich aus dem maximalen Abstand der Beine im Sitzen und anhand des Abstands (in cm) zwischen Oberkörper und Boden ergibt:		
Beine spreizen im Sitzen	Punkte	
< 120°	0,00	Ungenügend
zwischen 120° et 150°	0,25	Genügend
zwischen 150° et 180°	0,50	Zufriedenstellend

+

Abstand zwischen Oberkörper und Boden	Punkte	
> 15 cm	0,00	Ungenügend
≤ 15 cm	0,25	Genügend
0 cm (kein Abstand)	0,50	Zufriedenstellend

- Die drei «Spagatübungen»**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Ein einziger Versuch. Die Bewertung wird nach der Distanz (in cm) vom Beinabstand zum Boden berechnet:		
Spagatübung – linkes Bein vorne	Punkte	
> 15 cm	0,00	Ungenügend
≤ 15 cm	0,25	Genügend
= 0 cm (kein Abstand)	0,50	Zufriedenstellend

+

Spagatübung –rechtes Bein vorne	Punkte	
> 15 cm	0,00	Ungenügend
≤ 15 cm	0,25	Genügend
= 0 cm (kein Abstand)	0,50	Zufriedenstellend

+

Mittelspagat	Punkte	
> 15 cm	0,00	Ungenügend
≤ 15 cm	0,25	Genügend
= 0 cm (collé au sol)	0,50	Zufriedenstellend

- **Flugi-übung**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Zwei Versuche in der Flugposition, nur der beste Versuch wird gezählt.  
Die Übung ist sowohl mit dem linken als auch mit dem rechten Bein durchzuführen.  
Die Gewichtung wird anhand des Winkels des freien Beins (in Grad) beim hochhalten  
des Beins für mindestens 10 Sekunden berechnet:

rechtes Standbein / linkes Bein hoch	Punkte	
< 90°	0,00	Ungenügend
zwischen 90° et 120°	0,50	Genügend
≥ 120°	1,00	Zufriedenstellend

+

linkes Standbein / rechtes Bein hoch	Punkte	
< 90°	0,00	Ungenügend
zwischen 90° et 120°	0,50	Genügend
≥ 120°	1,00	Zufriedenstellend

### 5.3.4. Widerstandsfähigkeit

- **Rumpfkraft-Übung – mit dynamischer, rhythmischer Bewegung der Beine**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Ein einziger Versuch. Die Gewichtung wird anhand der maximal erreichten Zeit (in Sekunden) berechnet:	Punkte	
<150 Sekunden	0,00	Ungenügend
150 - 179 Sekunden	0,25	Genügend
180 - 209 Sekunden	0,50	Zufriedenstellend
210 – 239 Sekunden	0,75	Gut
≥ 240 Sekunden	1,00	

- **Laterale Muskelkraftübung - mit dynamischer, rhythmischer Beckenbewegung**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Ein einziger Versuch, Seite nach Wahl (links oder rechts). Die Gewichtung wird auf der Grundlage der Zeit und der maximal erreichte Punktzahl (in Sekunden) berechnet:	Punkt	
<30 Sekunden	0,00	Ungenügend
30 – 49 Sekunden	0,25	Genügend
50 – 69 Sekunden	0,50	Zufriedenstellend
70 – 89 Sekunden	0,75	Gut
≥ 90 Sekunden	1,00	

### 5.3.5. Spezifisch für Eistanz

- **Übung des Metronoms in «Walzerposition»**

→ Übungsvideo zum Herunterladen : [hier](#)

Rhythmisches Gleichgewicht durch vorwärts/rückwärts Bewegung (Knabe) des freien Beins und rückwärts/vorwärts (Mädchen) für 45 Sekunden bei einer Geschwindigkeit von 60 bpm. Die Ausführung erfolgt einmal auf dem linken Bein (Mädchen) / rechten Bein (Knabe) und dann einmal auf dem rechten Bein (Mädchen) / linken Bein (Knabe).

Die Synchronität muss perfekt sein, der Rhythmus muss gehalten und die freien Beine gestreckt werden (nur ein Versuch pro Bein):

Metronom «Walzerposition» linkes Bein (Mädchen) / rechtes Bein (Knabe)	Punkte	
45 Sekunden nicht gehalten	0,00	ungenügend
45 Sekunden gehalten	0,50	ausgezeichnet
+		
Metronom «Walzerposition» rechtes Bein (Mädchen) / linkes Bein (Knabe)	Punkte	
45 Sekunden nicht gehalten	0,00	ungenügend
45 Sekunden gehalten	0,50	ausgezeichnet

- **Übung «squats» 90° für den Knaben mit dem Mädchen in seinen Armen in der Position «just married»**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Das Mädchen ist in der Position «just married» in den Armen des Knaben und dieser beginnt eine Reihe von Beugungen und Extensionen im Rhythmus des Metronoms (60 bpm): ein Schlag nach unten und ein zweiter Schlag nach oben (nur ein Versuch pro Bein):

«squats» 90° vom Knaben mit Schritt halten das Mädchen in der Position «just married»	Punkte	
< 40 Sekunden	0,00	ungenügend
≥40 Sekunden und < 60 Sekunden	0,50	gut
≥ 60 Sekunden	1,00	ausgezeichnet

### Kategorie ISU Novices

- **Übung «Affe» mit Start und Ende in Position «leaning out»**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Der Junge befindet sich in der «Mond» Position (Winkel der Oberschenkel: mindestens 110 Grad) und das Mädchen in der Ausgangsposition «Leaning out» (Brustkorb nach oben, Beine gerade und Körper waagrecht). Das Mädchen muss den Rumpf des Jungen so schnell wie möglich umkreisen und in die Ausgangsposition zurückkehren. Der Junge muss seine Hände über dem Kopf zusammenhalten, während das Mädchen kreist. Das Mädchen muss die «leaning out» Position zu Beginn und am Ende mindestens 2 Sekunden lang exakt horizontal halten.

Zwei Versuche, nur der Bessere zählt:

Der «Affe»	Punkte	
Nicht durchgeführt	0,00	ungenügend
Erfolgreicher Trick des Mädchens in > 9 Sekunden	0,50	zufriedenstellend
Erfolgreicher Trick des Mädchens in ≤ 9 Sekunden	1,00	ausgezeichnet

• **Übung «kombinierte Hebung»**

Teil 1 (Abgang des Mädchens von der rechten Seite des Knaben):

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Drehung des Mädchens auf die linke Schulter des Knaben ("Cross"-Klettern) / Wenn die Position gehalten wird, dreht sich der Junge um 360° nach links / Wenn die Position wieder gehalten wird, dreht sich der Junge um 360° nach rechts / Wenn die Position ein letztes Mal gehalten wird, kehrt das Mädchen am Ende der Übung mit einer "Vorwärtsrolle" auf den Boden zurück.

Zwei Versuche, nur der Bessere zählt:

Mädchen rollt von der rechten Seite des Jungen auf dessen linke Schulter	Punkte	
nicht ausgeführt oder nicht gehalten	0,00	ungenügend
ausgeführt und gehalten	0,25	ausgezeichnet
+		
360° Linksdrehung	Punkte	
nicht ausgeführt oder nicht gehalten	0,00	ungenügend
ausgeführt und gehalten	0,25	ausgezeichnet
+		
360° Rechtsdrehung	Punkte	
nicht ausgeführt oder nicht gehalten	0,00	ungenügend
ausgeführt und gehalten	0,25	ausgezeichnet
+		
«Entgegengesetzte» Rolle des Mädchens von der Schulter des Knaben	Punkte	
nicht ausgeführt oder nicht gehalten	0,00	ungenügend
ausgeführt und gehalten	0,25	ausgezeichnet
+		
Die Gesamtdauer der kombinierten Übung beträgt*.	Punkte	
> 10 Sek	0,00	ungenügend
> 7 Sek aber ≤ 10 Sek	0,25	zufriedenstellend
≤ 7 Sek	0,50	ausgezeichnet

\* Vorausgesetzt, die Punkte für die 4 Stufen werden erreicht

Teil 2 (Abgang des Mädchens auf der linken Seite des Knaben):

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Drehung des Mädchens auf die rechte Schulter des Knaben ("Cross"-Klettern) / Wenn die Position gehalten wird, dreht sich der Junge um 360° nach links / Wenn die Position wieder gehalten wird, dreht sich der Junge um 360° nach rechts / Wenn die Position ein letztes Mal gehalten wird, kehrt das Mädchen am Ende der Übung mit einer "Vorwärtsrolle" auf den Boden zurück.

Zwei Versuche, nur der Bessere zählt:

Mädchen rollt von der linken Seite des Jungen auf dessen rechte Schulter	Punkte	
nicht ausgeführt oder nicht gehalten	0,00	ungenügend
ausgeführt und gehalten	0,25	ausgezeichnet
+		
360° Linksdrehung	Punkte	
nicht ausgeführt oder nicht gehalten	0,00	ungenügend
ausgeführt und gehalten	0,25	ausgezeichnet
+		

360° Rechtsdrehung	Punkte	
nicht ausgeführt oder nicht gehalten	0,00	ungenügend
ausgeführt und gehalten	0,25	ausgezeichnet
+		
«Entgegengesetzte» Rolle des Mädchens von der Schulter des Knaben	Punkte	
nicht ausgeführt oder nicht gehalten	0,00	ungenügend
ausgeführt und gehalten	0,25	ausgezeichnet
+		
Die Gesamtdauer der kombinierten Übung beträgt*.	Punkte	
> 10 sec	0,00	ungenügend
> 7 sec mais ≤ 10 sec	0,25	zufriedenstellend
≤ 7 sec	0,50	ausgezeichnet

\* Vorausgesetzt, die Punkte für die 4 Stufen werden erreicht

## Kategorie ISU Junior

- **Übung «Affe» mit Start und Ende in Position "leaning out"**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Der Junge befindet sich in der «Mond» Position (Winkel der Oberschenkel: mindestens 110 Grad) und das Mädchen in der Ausgangsposition «Leaning out» (Brustkorb nach oben, Beine gerade und Körper waagrecht). Das Mädchen muss den Rumpf des Jungen so schnell wie möglich umkreisen und in die Ausgangsposition zurückkehren. Der Junge muss seine Hände über dem Kopf zusammenhalten, während das Mädchen kreist. Das Mädchen muss die «leaning out» Position zu Beginn und am Ende mindestens 2 Sekunden lang exakt horizontal halten.

Zwei Versuche, nur der Bessere zählt:

Der «Affe»	Punkte	
Nicht durchgeführt oder Erfolgreicher Trick des Mädchens in > 9 Sekunden	0,00	ungenügend
Erfolgreicher Trick des Mädchens in ≤ 9 Sekunden	0,75	gut
Erfolgreicher Trick des Mädchens in ≤ 5 Sekunden	1,50	ausgezeichnet

- **Übung «ATR Mädchen auf den Oberschenkeln des Jungen».**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Der Junge befindet sich in der "Mond" Position (Winkel der Oberschenkel: mindestens 110 Grad) und das Mädchen in der umgekehrten gestreckten Liegestützposition auf den Oberschenkeln des Jungen (Brustkorb des Mädchens zeigt zum Jungen, der Körper ist gerade, vollständig gestreckt und leicht nach hinten geneigt). Die Hände des Jungen befinden sich auf Höhe der Lendenwirbelsäule/Taille.

Zwei Versuche, nur der Bessere zählt:

ATR Mädchen auf den Oberschenkeln des Jungen	Punkte	
Nicht ausgeführt oder Position für < 5 Sekunden gehalten	0,00	ungenügend
Position gehalten für ≥ 5 Sekunden, aber < 10 Sekunden	0,50	zufriedenstellend
Gehaltene Position ≥ 10 Sekunden	1,00	ausgezeichnet

- **Übung «Pfannkuchen»**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

Der Junge steht, das Mädchen liegt in seinen Armen, wobei der Brustkorb nach oben gerichtet ist. Sie muss auf den Impuls des Jungen hin einen Sprung von 1,5 Drehungen um die eigene Achse machen und in den Armen des Jungen landen.  
Zwei Versuche, nur der Bessere zählt:

«Pfannkuchen»	Punkte	
Nicht ausgeführt oder mindestens 1 Runde nicht bestanden.	0,00	ungenügend
1 erfolgreiche Runde	0,75	zufriedenstellend
1,5 Runden erfolgreich	1,50	ausgezeichnet

### 5.3.6. Ausdauer

- **Pendellauf**

→ Übungsvideo zum Herunterladen: [hier](#)

→ Punkteblatt: [hier](#)

→ Audiodatei: [hier](#)

**Es ist sehr wichtig, dass ihr diese Übung vor dem Testtag trainiert habt!**

Prinzip der Übung: Die Athleten laufen zwischen zwei Linien im Abstand von 20 m mit einem Tempo, das durch ein akustisches Signal vorgegeben wird und das anzeigt, wann die Athleten die Linie überquert haben müssen. Während des Tests wird das Tempo kontinuierlich erhöht. Je länger ein Athlet läuft, desto mehr Punkte erhält er.

Die Bewertung wird entsprechend dem erreichten Niveau berechnet (nur ein Test):

	Points
< Niveau 06	0,00
≥ Niveau 06 < Niveau 07	0,50
≥ Niveau 07 < Niveau 08	1,00
≥ Niveau 08 < Niveau 09	1,50
≥ Niveau 09 < Niveau 10	2,00
≥ Niveau 10 < Niveau 11	2,50
≥ Niveau 11 < Niveau 12	3,00
≥ Niveau 12 < Niveau 12/6	3,50
≥ Niveau 12/6 < Niveau 13	4,00
≥ Niveau 13 < Niveau 13/6	4,50
≥ Niveau 13/6	5,00

## 6. ERINNERUNG AN WICHTIGE DATEN

<b>01.11.-15.12.2022</b>	<b>Einschreiben via <u>VVA</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Mit dem Hinweis auf die Wahl der <b>physischen Tests</b></li><li>- Bezahlung der Anmeldung</li><li>- Überprüfung und Aktualisierung der persönlichen Daten des Athleten im Mitgliedersystem von <b>Swiss Ice Skating</b></li></ul>
<b>15.01.2023</b>	<b>Letzter Tag</b> für die Einsendung des <b>Bewertungsbogens*</b> für die <b>Athleten-Biografie</b> durch den Trainer an <a href="mailto:cedric.pernet@swissiceskating.ch">cedric.pernet@swissiceskating.ch</a>
<b>20.02.2023</b>	<b>Letzter Tag</b> für die Einsendung des <b>Bewertungsrasters</b> für das Kriterium <b>Psyche (LEMOVIS-I)</b> durch den Trainer an <a href="mailto:cedric.pernet@swissiceskating.ch">cedric.pernet@swissiceskating.ch</a>
<b>25.-26.02.2023</b> <b>+ 11.-12.03.2023</b>	<b>Physische Tests in Luzern</b> mit der obligatorischen Vorlage des ärztlichen Attests ( <b>SPU</b> )
<b>15.04.2023</b>	<b>Resultate PISTE EISTANZ 2023</b>

*\* Das Bewertungsblatt für die **Biografie des Athleten** wird dem Haupttrainer jedes Bewerbers nach Abschluss der Bewerbungsfrist am **15. Dezember 2022** mitgeteilt.*