

PISTE 2024

SWISS ICE SKATING



EI STANZ



BEURTEILUNGSKRITERIEN FÜR DIE TALENTSELEKTION

VERSION: 10.11.2023

BEURTEILUNGSKRITERIEN FÜR DIE TALENTSELEKTION IM EISTANZ

– PISTE EISTANZ 2024 –

1.	EINLEITUNG.....	2
2.	MINIMALKRITERIEN	3
3.	ANMELDEVERFAHREN	3
4.	MITTEILUNG DER RESULTATE	4
5.	BEWERTUNGSKRITERIEN	4
5.1.	WERDEGANG ATHLETEN.....	5
	<i>5.1.1. Resultate der Schweizer Meisterschaften 2024.....</i>	<i>5</i>
	<i>5.1.2. Verhältnis Durchschnitt der 2 besten Personal Best und Alter.....</i>	<i>5</i>
	<i>5.1.3. Psyche.....</i>	<i>7</i>
	<i>5.1.4. Biographie.....</i>	<i>7</i>
5.2	SPEZIFISCHES LEISTUNGSNIVEAU	8
5.3.	PHYSISCHES LEISTUNGSNIVEAU	11
	<i>5.3.1. Koordination.....</i>	<i>12</i>
	<i>5.3.2. Explosivität.....</i>	<i>12</i>
	<i>5.3.3. Beweglichkeit.....</i>	<i>13</i>
	<i>5.3.4. Widerstandsfähigkeit.....</i>	<i>14</i>
	<i>5.3.5. Spezifisch für Eistanz.....</i>	<i>15</i>
	<i>5.3.6. Ausdauer.....</i>	<i>18</i>
6.	WICHTIGE DATEN.....	19

1. Einleitung

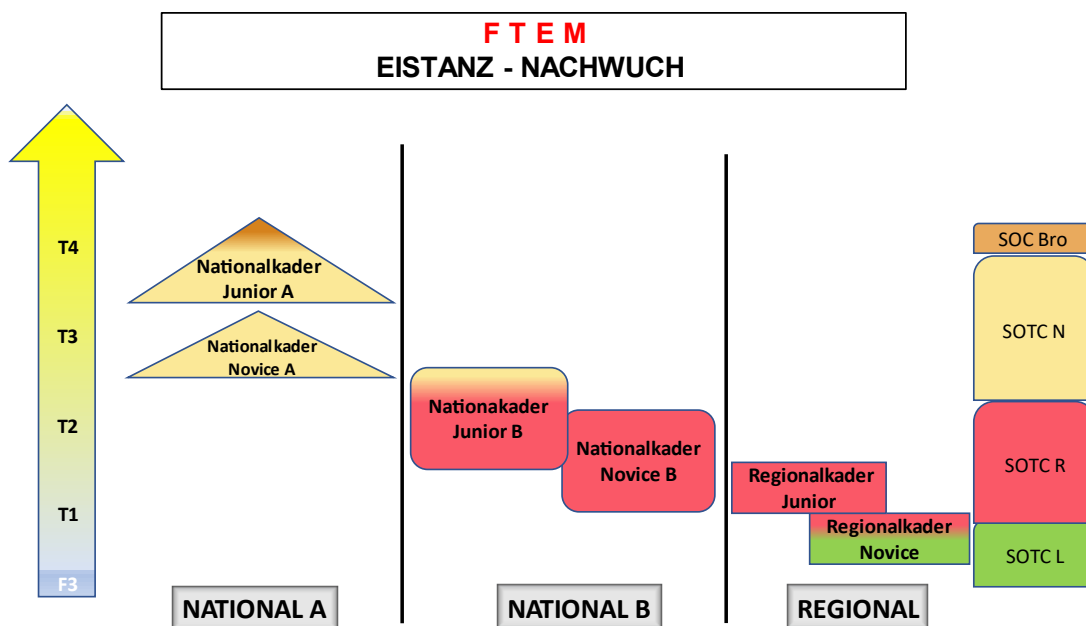
Alle Informationen über den [Athletenweg](#) und die [Organisation](#) des Leistungssports im Eiskunstlauf und Eistanz sind [online](#) auf der Website von **Swiss Ice Skating** zu finden.

Seit dem 1. Januar 2010 erfolgen die Selektionen der Sportverbände für die Vergabe der [Swiss Olympic Talent Cards](#) (SOTC) grösstenteils nach dem **PISTE-System** (Prognostische Integrative Systematische Trainer-Einschätzung) mit einem einheitlichen und transparenten Standard für alle Sportarten unter Berücksichtigung spezifischer und auf die jeweilige Sportart zugeschnittener Parameter ([Präsentationsvideo](#)).

Die **Swiss Olympic Talent Cards National, Regional und Lokal** werden den Mitgliedern der Eistanz-Nachwuchskader für die Saison 2024-25 verliehen, d.h. den Mitgliedern der Nationalkader Junioren und Novizen sowie des Regionalkaders Junioren und Novizen.

Ab dieser Saison 2022-2023 gibt es für die **Kategorien Novizen und Junioren** nur noch einen gemeinsamen [PISTE EISTANZ](#).

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 die Kategorien Novizen und Junioren umfasst. Alle allgemeinen Details sind auf der Website von [swissolympic.ch](#) zu finden.



In völliger Übereinstimmung mit dem von **Swiss Olympic** empfohlenen **FTEM**-System ist das Prinzip der Talenterkennung mit **PISTE EISTANZ** 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 2024 von Swiss Ice Skating ist deshalb für alle Athleten, die in der Saison 2023-2024 auf nationaler Ebene in einer der Kategorien «Novice» oder «Junior» gestartet sind und für die Saison 2024-2025 in ein nationales oder regionales Nachwuchskader im Eistanz selektioniert werden möchten, obligatorisch.

Ein Athlet, der nicht für ein Nachwuchskader für die Saison 2024-2025 selektioniert werden möchte, darf nicht an der **PISTE EISTANZ 2024** teilnehmen.

2. MINIMALKRITERIEN

Wie bereits erwähnt, **PISTE EISTANZ 2024** 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 2024** teilzunehmen, müssen die Kandidaten daher zwingend:

- eine gültige **Swiss Ice Skating-Lizenz** besitzen;
- **Bis zum 30. Juni 2024** mindestens das Alter von **10 Jahren** erreicht haben, aber bei Mädchen **bis zum 30. Juni 2024** noch nicht das Alter von **19 Jahren** erreicht haben und bei Knaben noch nicht das Alter von **21 Jahren** erreicht haben;
- **Test Niveau 2** für Athleten, die in der Saison 2023-2024 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 2023-2024 in der Kategorie Basic Novice starteten und bis zum **15/02/2024** 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 **18 Monate** ist (geht zu finanziellen Lasten der Athleten). Weitere Informationen finden Sie unter **Medizinische Betreuung** auf der Website von **Swiss Ice Skating**.

3. ANMELDEVERFAHREN

Die Anmeldung jedes Kandidaten für **PISTE EISTANZ 2024** 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 2023** *.

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 2024 (+ 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 ist. Ein Athlet, der sich aus irgendeinem Grund gegen eine Teilnahme an **PISTE EISTANZ 2024** entschieden hat, verzichtet de facto auf die Möglichkeit, eine **Swiss Olympic Talent Card** zu erhalten sowie in ein **Nachwuchskader** für die **Saison 2024-2025** aufgenommen zu werden. Aus Gründen der Sportlichkeit wird darum gebeten, den Nationaltrainer Eistanz über jede Abmeldung bis **Ende März 2024** 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 EISTANZ 2024** noch nicht bestanden haben, müssen sich zwischen dem 1. November und dem 15. Dezember 2023 anmelden. Die Anmeldegebühr kann jedoch bezahlt werden, sobald der erforderliche Test bestanden wurde und die Teilnahme an **PISTE EISTANZ 2024** bestätigt wurde.*

4. MITTEILUNG DER RESULTATE

Die Rangliste von **PISTE EISTANZ 2024** sowie die Liste der Inhaber einer **Swiss Olympic Talent Card** und die Selektionen in die verschiedenen **Nachwuchskader 2024-2025** werden auf der Website von **Swiss Ice Skating** veröffentlicht.

Unter Einhaltung des geltenden Bundesgesetzes über den Datenschutz bleiben die Ergebnisse aller von **PISTE EISTANZ 2024** erzeugten Daten hingegen vertraulich und werden per E-Mail nur den Athleten über die Familien-E-Mail-Adresse sowie dem Cheftrainer mitgeteilt, dessen Name bei der Anmeldung im Mitgliedersystem (**VVA**) von **Swiss Ice Skating** registriert wurde.

Es ist möglich, dass Änderungen an **PISTE EISTANZ 2024** vorgenommen werden können. Ausnahmefälle (und nicht durch das vorliegende Dokument abgedeckt) werden von **Swiss Ice Skating** ebenso behandelt wie die mögliche Vergabe einer **Nationalen, Regionalen oder Lokalen Swiss Olympic Talent Card**.

Falls Sie Informationen oder einen Kontakt zum gesamten Programm **PISTE EISTANZ 2024** benötigen, das vom Leistungssportteam von **Swiss Ice Skating** umgesetzt wird, ist die Korrespondenz (vorzugsweise per E-Mail) zu richten an :

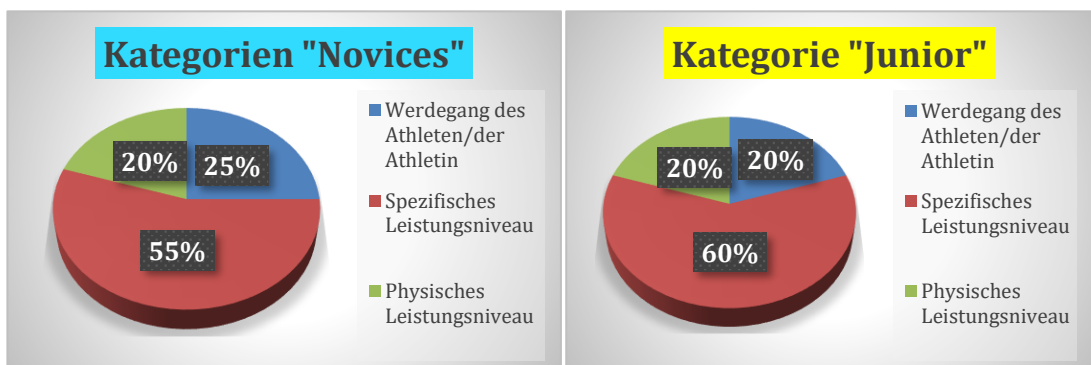


Cédric Pernet (cedric.pernet@swissiceskating.ch)
Nationaltrainer Eistanz

5. BEWERTUNGSKRITERIEN

Das Programm **PISTE EISTANZ 2024** im Eiskunstlauf basiert auf folgenden sportlichen Kriterien:

Kriterien	Gewichtung	
	Kategorie "Novices"	Kategorie "Junior"
Werdegang des Athleten/der Athletin	25%	20%
Spezifisches Leistungsniveau	55%	60%
Physisches Leistungsniveau	20%	20%
Total	100%	100%



Das Total der Kriterien bestimmt die Anzahl der Punkte (bis 100) für die Einstufung der **PISTE EISTANZ 2024**.

Abhängig vom **PISTE EISTANZ 2024** Ranking und der Quote der **Swiss Olympic Talent Cards**, die von **Swiss Olympic** für die Saison 2024-2025 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

Das Kriterium **Werdegang der Athleten** ermöglicht es, in Korrelation mit dem **FTEM** Konzept im Eistanz, bei einem Maximum von 25 Punkten für die "Novizen" Kategorien und 20 Punkten für die Kategorie "Junior", Auskunft über das kurz- und mittelfristige Potenzial jedes Kandidaten in Abhängigkeit von seinen sportlichen Errungenschaften, seinem Alter und seiner Perspektiven in der Phase "TALENT" zu geben, indem die folgenden Kriterien berücksichtigt werden:

- **Resultate der Schweizer Meisterschaften 2024**
- **Verhältnis zwischen dem Durchschnitt der zwei besten «Personal Best» (PD + FD oder RD + FD) und dem Alter**
- **Seine Leistungsmotivation (Psyche)**
- **Informationen im Zusammenhang mit seiner Biografie** (Die Trainingsbedingungen, der Monat der Geburt, der biologische Entwicklungsstand, die Eistanzerfahrung, die körperliche Belastbarkeit, die medizinische Betreuung, das Umfeld und die Schulbildung)

5.1.1. Resultate der Schweizer Meisterschaften 2024 (5%)

Für dieses Kriterium werden Punkte vergeben, die einerseits vom **Ergebnis der Schweizermeisterschaften 2024** 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										
Score SM / Resultat SM	≥20	≥25	≥30	≥35	≥40	≥45	≥50			
Rang 1.	1,5	2,5	3,5	4,5	5	5	5			
Rang 2.	0,5	1,5	2,5	3,5	4	4,25	4,5			
Rang 3.	0	1	1,5	2,5	3	3,5	4			
Rang 4.	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3,5			
Kategorie Intermediate Novice										
Score SM / Resultat SM	≥45	≥50	≥55	≥60	≥65	≥70	≥75			
Rang 1.	1,5	2,5	3,5	4,5	5	5	5			
Rang 2.	0,5	1,5	2,5	3,5	4	4,25	4,5			
Rang 3.	0	1	1,5	2,5	3	3,5	4			
Rang 4.	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3,5			
Kategorie Advanced Novice										
Score SM / Resultat SM	≥65	≥70	≥75	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110
Rang 1.	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5	5
Rang 2.	0,5	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	4,75	5
Rang 3.	0	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	4,75
Rang 4.	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	3,5	4,25
Kategorie Junior										
Score SM / Resultat SM	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110	≥120	≥130	≥140
Rang 1.	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5	5	5
Rang 2.	0,5	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	4,75	5
Rang 3.	0	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	4,75
Rang 4.	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5
Rang 5.	0	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4
Rang 6.	0	0	0	0,5	1	1,5	2	2,75	3,5	4

5.1.2. Verhältnis Durchschnitt der 2 besten «Personal Best» und Alter (10% Alterskategorien "Novices", 5% Alterskategorie "Junior")

Für dieses Kriterium berücksichtigt die Berechnungsmethode das **Alter des Athleten (am 30.06.2024)**, die **Wettkampfkategorie**, das **Geschlecht** sowie den **Durchschnitt der 2 besten «Personal Best» (Total Score Competition)** der Saison 2023-2024 (Pattern Dances + Free Dance für die Kategorien «Novices», 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 **15. März 2024** erzielt wurden maximal 10 Punkte bzw. 5 Punkte für die Alterskategorien "Novices" und die Alterskategorie "Junior" gemäß den folgenden Skalen zu vergeben:

Kategorie Basic Novice							
Mädchen							
Durchschnitt PB / Alter	≥20	≥25	≥30	≥35	≥40	≥45	≥50
<11	4,5	6	7,5	9	10	10	10
11	3,5	5	6	7,5	9	10	10
12	2	3,5	4,5	6	7,5	9	10
13	0	1	3	4	5,5	7	8,5
Knaben							
<11	6	7,5	8,5	10	10	10	10
11	4,5	6	7,5	8,5	10	10	10
12	3	4,5	5,5	7	8,5	10	10
13	1	2,5	4	5,5	7	8,5	9,5

Kategorie Intermediate Novice							
Mädchen							
Durchschnitt PB / Alter	≥45	≥50	≥55	≥60	≥65	≥70	≥75
<12	6	7	9	10	10	10	10
12	4	5,5	7	9	10	10	10
13	3	4	5,5	7	8,5	10	10
14	1,5	2,5	3,5	5	6,5	8	9
15	0	1	2	3	4,5	6	7,5
Knaben							
<12	7	8,5	9,5	10	10	10	10
12	5,5	7	8,5	9,5	10	10	10
13	4,5	5,5	7	8,5	9,5	10	10
14	3	4	5,5	7	8,5	9,5	10
15	1	2,5	4	5	6,5	8	9

Kategorie Advanced Novice										
Mädchen										
Durchschnitt PB / Alter	≥65	≥70	≥75	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110
<12	5,5	7	8	9	9,5	10	10	10	10	10
12	4	5,5	7	8	9	9,5	10	10	10	10
13	2,5	4	5,5	7	8	9	9,5	10	10	10
14	1	2,5	3,5	5,5	7	8	9	9,5	10	10
15	0	0,5	2	3,5	5,5	7	8	9	9,5	10
Knaben										
<13	6	7	8	9	9,5	10	10	10	10	10
13	4,5	6	7	8	9	9,5	10	10	10	10
14	3	4,5	6	7	8	9	9,5	10	10	10
15	1,5	3	4,5	6	7	8	9	9,5	10	10
16	0,5	1,5	3	4,5	6	7	8	9	9,5	10
17	0	0	1	2,5	4	5,5	6,5	7,5	8,5	9

Kategorie Junior										
Mädchen										
Moyenne PB / Age	≥80	≥85	≥90	≥95	≥100	≥105	≥110	≥120	≥130	≥140
<14	2,75	3,25	3,75	4,5	5	5	5	5	5	5
14	2	2,5	3,25	4	4,5	5	5	5	5	5
15	1,25	2	2,5	3,5	4	4,5	5	5	5	5
16	0,5	1,25	2	2,5	3,5	4	4,5	5	5	5
17	0	0,5	1,25	1,75	2,5	3,5	4	4,5	5	5
18	0	0	0,25	0,75	1,5	2,25	3,25	4	4,5	5
Knaben										
<15	2,75	3,25	3,75	4,5	5	5	5	5	5	5
15	2	2,75	3,25	4	4,5	5	5	5	5	5
16	1,25	1,75	2,75	3,5	4	4,5	5	5	5	5
17	0,5	1,25	1,75	2,5	3,5	4	4,5	5	5	5
18	0	0,5	1,25	1,75	2,25	3,5	4	4,5	5	5
19	0	0	0,5	1,25	1,75	2,25	3,5	4	4,5	5
20	0	0	0	0,25	1	1,5	2	3,5	4	4,5

5.1.3. Psyche (5%)

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 Assistententrainer (2. Beobachter) für den Zeitraum der letzten 12 Monate vor dem 1. Februar 2024 **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 2024** an (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. Biografie (5%)

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 4 Parameter bewertet:

- 1- Die Trainingsbedingungen
- 2- Monat der Geburt, der biologische Entwicklungsstand und die Eistanzerfahrung
- 3- Die körperliche Belastbarkeit und die medizinische Betreuung
- 4- Das Umfeld und die Schulbildung

Die Bewertung all dieser **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. Januar 2024** zugestellt. Das ausgefüllte Formular ist **unaufgefordert per E-Mail vor dem 20. Februar 2024** an **Cédric Pernet** (cedric.pernet@swissiceskating.ch) zu senden.

Die Gesamtpunktzahl, die für jeden Athleten erreicht werden kann, beträgt 200 Punkte. Der so ermittelte Wert wird durch 40 geteilt, um die 5-Punkte für das Kriterium **Biografie** zu erhalten.

Achtung: Athleten, deren Bewertungsbogen nicht rechtzeitig bei Cédric Pernet eingetroffen ist, erhalten keine Punkte.

5.2 SPEZIFISCHES LEISTUNGSNIVEAU

Die Referenzwettkämpfe, die zur Bestimmung des **spezifischen Leistungsniveaus** und der Vergabe von maximal 55 Punkten für die Alterskategorie "Novice" und 60 Punkten für die Alterskategorie "Junior" herangezogen werden sind die Folgenden:

- **Die Schweizer Meisterschaften Basic Novice, Intermediate Novice, Advanced Novice und Junioren** im Eistanzen im Jahr 2024 und alle von **Swiss Ice Skating** organisierten **Swiss-Cups und Tests/Test Skates** dieser Kategorien in der Saison 2023-2024.
- **Internationale Wettkämpfe des offiziellen ISU-Kalenders** in den Kategorien «Novices» und «Junior» im Eistanz (**bis zum 15. März 2024**)

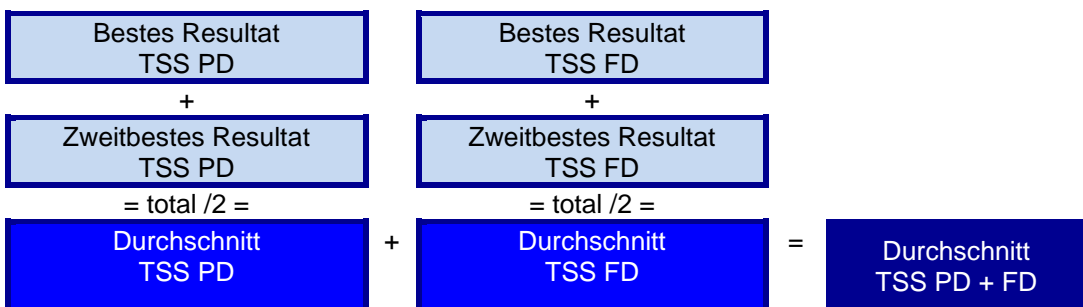
Ab der Saison 2023-2024 wird **das Niveau der spezifischen Leistung** anhand der folgenden 2 Parameter bewertet:

- 1- Spezifischer Leistungsparameter für Paare, der anhand einer mathematischen Formel bewertet wird, die **die 2 besten Wertungen in Pattern Dances** (in der Saison 2023-2024 in Novice) oder **Rythm Dance** (in Junior) und **die 2 besten Wertungen in Free Dance** berücksichtigt (auf 50 Punkte).
- 2- **Für die Alterskategorien "Novices"**: Individueller Leistungsparameter, der in der Saison 2023-2024 berücksichtigt wird (5 Punkte.):
-> **die 2 besten in der Twizzles erzielten Level + Geschlecht + Alter.**
Für die Alterskategorie "Junior": Individueller Leistungsparameter, der in der Saison 2023-2024 berücksichtigt wird:
-> Einerseits (5 Punkte): die zwei besten Leistungen in Twizzles (nur Rhythm Dance) + Geschlecht + Alter.
-> Andererseits (5 Punkte): die beiden besten Leistungen in One Foot Turns Sequence + Geschlecht + Alter.

5.2.1 Spezifischer Leistungsparameter für Paare (50 %):

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



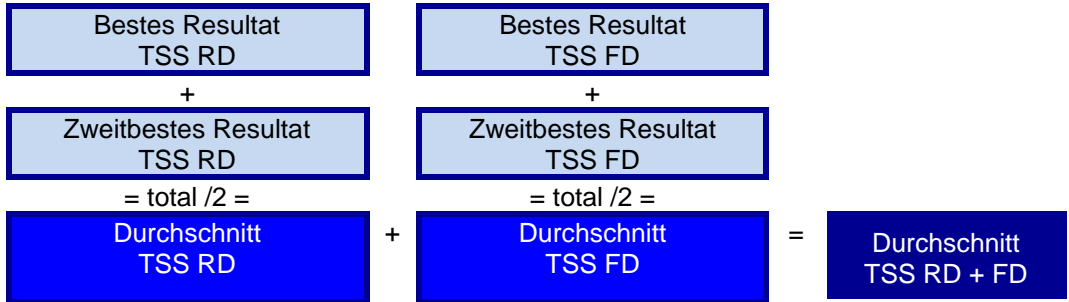
Die Gesamtpunktzahl wird je nach Wettbewerbskategorie mit dem folgenden Korrekturfaktor angepasst:

Basic Novice = (Durchschnitt TSS PD + FD – 10) x 1.05 = Endresultat / 50 Punkte
Intermediate Novice = (Durchschnitt TSS PD + FD – 25) x 0,90 = Endresultat / 50 Punkte
Advanced Novice = (Durchschnitt TSS PD + FD – 45) x 0.70 = Endresultat / 50 Punkte

Ein Athlet kann für dieses Kriterium nicht mehr als 50 Punkte erreichen, selbst wenn seine Gesamtpunktzahl für die technischen Punkte nach der verwendeten Methode über 50 Punkte liegt. Um dieses Kriterium zu erfüllen, muss man während der Saison an mindestens zwei ausgewählten Referenzwettkämpfen in der Alterskategorien «Novices» 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 - 46) x 0,60 = Endresultat / 50 Punkte

Ein Athlet kann für dieses Kriterium nicht mehr als 50 Punkte erreichen, selbst wenn seine Gesamtpunktzahl für die technischen Punkte nach der verwendeten Methode über 50 Punkte liegt. Um dieses Kriterium zu erfüllen, muss man während der Saison an mindestens zwei ausgewählten Referenzwettkämpfen in der Alterskategorie «Junior» teilgenommen haben!

5.2.2 Individueller spezifischer Leistungsparameter (5% für die Alterskategorien "Novices" und 10% für die Alterskategorie "Junior"):

Kategorie ISU Novice

Für dieses Kriterium berücksichtigt die Berechnungsmethode **das Alter des Athleten (am 30.06.2024), die Wettkampfkategorie, das Geschlecht sowie die zwei besten Levels, die in Set of Sequential Twizzles** in der Saison 2023-2024 in Swiss Cups oder Schweizermeisterschaften oder Tests / Test Skates, die von Swiss Ice Skating organisiert werden, oder internationalen ISU-Wettkämpfen **bis zum 15. März 2024** erreicht wurden, um maximal 5 Punkte gemäss den folgenden Skalen zu vergeben:

Kategorie Basic Novice						Kategorie Intermediate Novice							
Mädchen						Mädchen							
Die 2 besten erreichten SqTw-Levels / Alter	1xNL + 1xLev B	2xB	1xB + 1x1	2x1		Die 2 besten erreichten SqTw-Levels / Alter	1xNL + 1x Lev B	2xB	1xB + 1x1	2x1	1x1 + 1x2	2x2	
<11	1	2	3,5	5		<12	0,5	1,5	3	4	5	5	
11	0,5	1,5	3	5		12	0	1	2,5	3	4,5	5	5
12	0	1	2,5	4,25		13	0	0,5	1	2	4	5	5
13	0	0,5	1	3,5		14	0	0	0,5	1,5	3	4,5	4,5
						15	0	0	0	0,5	1,5	3	3
Knaben						Knaben							
<11	1,5	3	4,5	5		<12	1	2,5	4	4,5	5	5	5
11	1	2,5	4	5		12	0,5	2	3	4	5	5	5
12	0,5	2	3	4,75		13	0	1	2	3	4	5	5
13	0	1	1,5	3,75		14	0	0	1	2	3,5	4,75	4,75
						15	0	0	0	1	2,5	3,75	3,75

Kategorie Advanced Novice									
Mädchen									
Die 2 besten erreichten SqTw-Levels / Alter	1xNL + 1x Lev B	2x Lev B	1xB + 1x1	2x1	1x1 + 1x2	2x2	1x2 + 1x3	2x3	
<12	0,5	1,5	2,5	4	5	5	5	5	5
12	0	1	1,5	3	4	5	5	5	5
13	0	0,5	1	2	3	4	5	5	5
14	0	0	0,5	1,5	2,5	3	4	4,75	4,75
15	0	0	0	0,5	1,5	2,5	3,5	4,5	4,5
Knaben									
<13	0,5	1,5	2,5	3,5	4,5	5	5	5	5
13	0	1	2	3	4	4,5	5	5	5
14	0	0	1	2	3,5	4	4,5	5	5
15	0	0	0,5	1	2,5	3,5	4	5	5
16	0	0	0	0,5	1	2,5	3,5	4,75	4,75
17	0	0	0	0	0,5	1	2,5	4,5	4,5

Es ist unerlässlich, während der Saison an mindestens zwei ausgewählten Referenzwettkämpfen in der Alterskategorie "Novices" teilgenommen zu haben, um dieses Kriterium zu erfüllen!

Kategorie ISU Junior

Für dieses Kriterium:

-> **Set of Sequential Twizzles im Rythm Dance (5 Punkte):** Die Berechnungsmethode berücksichtigt das **Alter des Athleten (am 30.06.2024)**, die **Wettkampfkategorie**, das **Geschlecht** sowie **die zwei besten Levels**, die in der Saison 2023-2024 in **Set of Sequential Twizzles (Rythm Dance)** an Swiss Cups oder Schweizer Meisterschaften oder von Swiss Ice Skating organisierten Tests / Test Skates oder internationalen ISU-Wettkämpfen **bis zum 15. März 2024** erreicht wurden, um maximal 5 Punkte gemäss den folgenden Skalen zu vergeben:

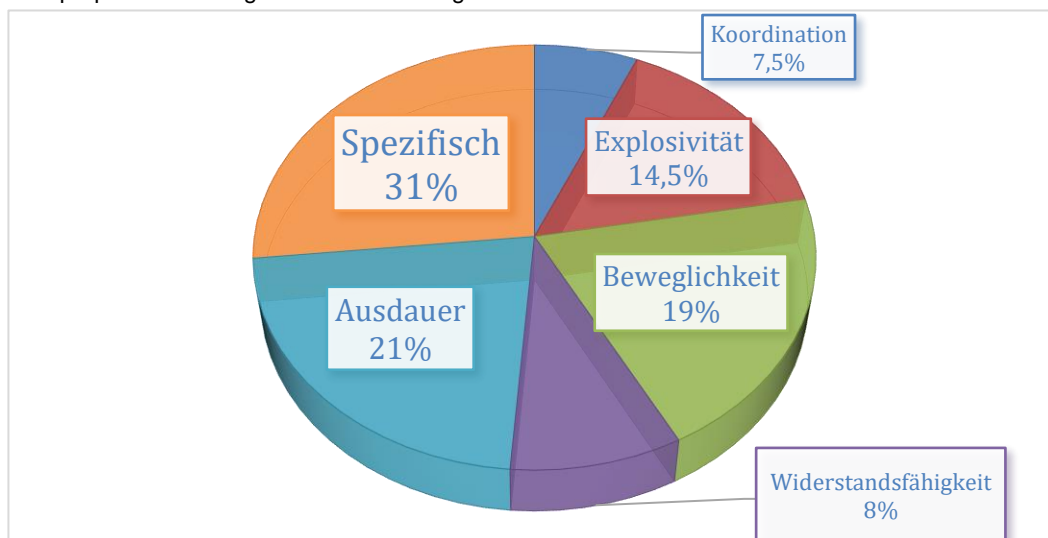
Kategorie Junior											
Mädchen											
Die 2 besten erreichten SqTw-Levels (RD) / Alter		2x Lev B	1xB + 1x1	2x1	1x1 + 1x2	2x2	1x2 + 1x3	2x3	1x3 + 1x4	2x4	
<14		0	1	2	3	4	4,5	5	5	5	
14		0	0,5	1	2	3	4	4,5	5	5	
15		0	0	0,5	1	2	3	4	4,5	5	
16		0	0	0	0,5	1	2	3,5	4	5	
17		0	0	0	0	0,5	1	2	3,5	5	
18		0	0	0	0	0	0,5	1	2,5	5	
Knaben											
<15		0	1	2	3	4	4,5	5	5	5	
15		0	0,5	1	2,5	3,5	4	5	5	5	
16		0	0	0,5	1	2,5	3,5	4,5	5	5	
17		0	0	0	0,5	1	2,5	3,5	4,5	5	
18		0	0	0	0	0,5	1	2,5	4	5	
19		0	0	0	0	0	0,5	1,5	3,5	5	
20		0	0	0	0	0	0	1	3	5	

-> **One Foot Turns Sequence im Free Dance (5 Punkte):** Die Berechnungsmethode berücksichtigt das **Alter des Athleten (am 30.06.2024)**, die **Wettkampfkategorie**, das **Geschlecht** sowie **die zwei besten Levels**, die in der Saison 2023-2024 in **One Foot Turns Sequence (Free Dance)** an Swiss Cups oder Schweizer Meisterschaften oder von Swiss Ice Skating organisierten Tests / Test Skates oder internationalen ISU-Wettkämpfen **bis zum 15. März 2024** erreicht wurden, um maximal 5 Punkte gemäss den folgenden Skalen zu vergeben:

Kategorie Junior									
Mädchen									
Die 2 besten erreichten OFT Levels (FD) / Alter	2x Lev B	1xB + 1x1	2x1	1x1 + 1x2	2x2	1x2 + 1x3	2x3	1x3 + 1x4	
<14	0	1	2,5	4	5	5	5	5	5
14	0	0,5	2	3,5	4,75	5	5	5	5
15	0	0	1	3	4,5	4,75	5	5	5
16	0	0	0,5	2,5	4	4,5	5	5	5
17	0	0	0	1,5	3,5	4	5	5	5
18	0	0	0	1	3	3,5	4,5	5	5
Knaben									
<15	0	1	2,5	4	5	5	5	5	5
15	0	0,5	2	3,5	4,75	5	5	5	5
16	0	0	1	3	4,5	4,75	5	5	5
17	0	0	0,5	2,5	4	4,5	5	5	5
18	0	0	0	1,5	3,5	4	5	5	5
19	0	0	0	0,5	2,75	3,5	5	5	5
20	0	0	0	0	2	3	4,5	5	5

5.3. PHYSISCHES LEISTUNGSNIVEAU

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 (während der laufenden Saison) und Geschlecht des Bewerbers zu relativieren, wird die **Gesamtpunktzahl** nach folgendem Schema gewertet:

Alter in der Saison 2023-2024	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 0,780
M20 Jahre		x 0,780

Die Punktzahl für das physische Leistungsniveau ergibt sich aus der Addition der Punkte, die in den verschiedenen physischen Tests gesammelt wurden, und der Faktorisierung durch den Korrekturfaktor für Alter und Geschlecht.

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 2024** mit einem einzigen Team von «PISTEurs» an einem halben Tag organisiert (ca. 3 Stunden):

Ort / Test	Date	Zeit
Luzern – ET 1	25.02.2024	13:00 – 16:00
Luzern – ET 2	10.03.2024	13:00 – 16:00

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:		Punkte	
< 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	
> 10 cm	0,00	Ungenügend
≤ 10 cm	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	
> 10 cm	0,00	Ungenügend
≤ 10 cm	0,50	Zufriedenstellend

+

Spagatübung –rechtes Bein vorne	Punkte	
> 10 cm	0,00	Ungenügend
≤ 10 cm	0,50	Zufriedenstellend

+

Mittelspagat	Punkte	
> 10 cm	0,00	Ungenügend
≤ 10 cm	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:	Punkte	
<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) (**Punkte werden nur für den Jungen gezählt**):

«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	zufriedenstellend
≥ 60 Sekunden	1,00	ausgezeichnet

- **Halteübung "Gestreckter Rückenstütz" (Nur Mädchen)**

→ Fotos der Übung im Protokoll der Physischen Tests

Das Mädchen beugt sich selbstständig in den Handstand, wobei die vollständig gestreckten Arme schulterbreit auseinander liegen, der Körper gerade ist und die Beine mit gestreckten Spitzen vollständig gestreckt und geschlossen sind. Sie muss das Gleichgewicht auf den Händen auf der Stelle nach folgendem Schema halten (zwei Versuche):

Halten in "Reverse Tendu Push Up" (Übung nur für Mädchen)	Punkte	
< 3 Sekunden	0,00	ungenügend
≥ 3 Sekunden < 6 Sekunden	0,50	genügend
≥ 6 Sekunden < 10 Sekunden	0,75	zufriedenstellend
≥ 10 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 oder Erfolgreicher Trick des Mädchens in 10 Sekunden	0,00	ungenügend
Erfolgreicher Trick des Mädchens in ≤ 10 Sekunden	0,75	zufriedenstellend
Erfolgreicher Trick des Mädchens in ≤ 8 Sekunden	1,50	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 > 8 Sekunden	0,00	ungenügend
Erfolgreicher Trick des Mädchens in ≤ 8 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	0,75	zufriedenstellend
Gehaltene Position ≥ 10 Sekunden	1,50	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

Für alle **physischen testübungen** erhalten die Bewerberinnen und Bewerber **ein detailliertes Protokoll** mit den Anweisungen für die Durchführung und die Bewertung zusammen mit der **Einladung** zur Teilnahme an den **physischen Tests**. Die Einladung wird am **15. Januar 2024** an die bei der Anmeldung angegebene Adresse gesendet.

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):

	Punkte
< 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. WICHTIGE DATEN

01.11.-15.12.2023

Einschreiben via **VVA**

- Mit dem Hinweis auf die Wahl der **physischen Tests**
- Bezahlung der Anmeldung
- Überprüfung und Aktualisierung der persönlichen Daten des Athleten im Mitgliedersystem von **Swiss Ice Skating**

15.01.2024

E-Mail Versand von Swiss Ice Skating:

- Die Einladung zur physischen Testsitzung (an den/die Kandidat/in)
- Das Protokoll für die Durchführung und Beurteilung der physischen Tests
- Das Bewertungsblatt Biografie des Athleten zum Ausfüllen (an den/die Haupttrainer/in)

20.02.2024

→ Letzter Tag für die Einsendung des Bewertungsrasters für das Kriterium **Psyche** (LEMOVIS-I) durch den Trainer an cedric.pernet@swissiceskating.ch

→ Letzter Tag für die Einsendung des Bewertungsbogens für die **Athleten-Biografie** durch den Trainer an cedric.pernet@swissiceskating.ch

25.02.2024
+ 10.03.2024

Physische Tests in Luzern

mit der obligatorischen Vorlage des ärztlichen Attests (**SPU**)

15.04.2024

Resultate PISTE EISTANZ 2024