Power and Speed... Skating Camp
Short Track Sichtungstag

Go fast – turn left!

Short Track ist eine faszinierende Sportart, die den Athlet:innen physisch, psychisch und taktisch alles abverlangt. Zudem ist sie auch für das Publikum ein packendes Spektakel.

Vom 20. bis 24. April 2026 (eine tageweise Teilnahme ist möglich) findet deshalb in der **Swiss Life Arena** (Vulkanstrasse 130, 8048 Zürich) das **«Power and Speed Skating Camp»** statt. Nutze diese Gelegenheit, um im Rahmen des Camps deine Skate-Effizienz und deine Kraftentfaltung auf dem Eis zu verbessern.

Miss dich mit den Athlet:innen des Schweizer Nationalkaders. Je nach aktuellem Formstand und persönlichem Potenzial könntest du sogar einen Platz im Entwicklungsteam von Swiss Ice Skating ergattern und die Chance erhalten, mit einem kompetenten Team auf deinem Weg an die internationale Spitze zu trainieren.

Verpasse deine Chance nicht: Die Anmeldung ist **bis zum 12. April 2026** möglich. Das Short Track-Team freut sich auf dich!

Programm

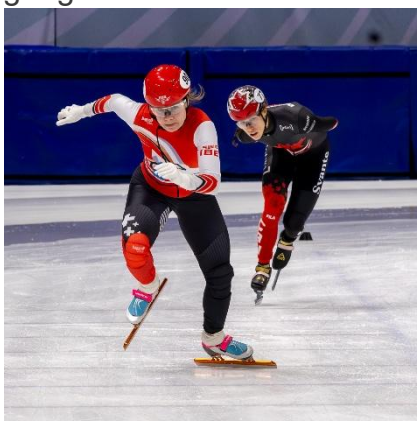
09.00	Eintreffen (Treffen vor dem Eingang A der Eishalle)
09.30	Aufwärmen
10.00	Einführung in das Shorttrack-Training und Testing
11.30	Mittagspause
12.30	Schlittschuh- und Ausrüstungsanpassung
13.00	Short Track Erfahrung auf dem Eis
15.00	Diskussion/Info
15.30	Ende

Wer kann teilnehmen?

Bist du ein Athlet zwischen 15 und 23 Jahren, der bereits auf dem Eis, im Schnee oder auf der Strasse unterwegs war und seine Technik sowie seine Kraft verbessern möchte? Oder liebst du Geschwindigkeit und willst dein Talent auf den schnellsten Eissport der Welt übertragen? Dann ist dieses Camp genau das Richtige für dich!

Was erwartet dich?

- Professionelles Training durch erfahrene Eislauf-Trainer:innen unter Leitung des Speedskating Nationaltrainers Jeff Kitura
- Einführung in grundlegende Techniken und Bewegungsabläufe im Short Track
- Fokus auf Skating-spezifische Energie-System-Entwicklung
- Erste Erfahrungen mit Drehungen, Sprüngen und Gleitbewegungen
- On- und Off-Ice-Trainingseinheiten zur Optimierung der Leistungsfähigkeit
- Möglichkeit, dein Talent für Short Track oder Eisschnelllauf zu entdecken und Mitglied im Development Team von Swiss Ice Skating zu werden



Teilnahmebedingungen

- Anmeldung per Formular (unten auf der Seite)
- Anmeldeschluss: **12. April. 2026**
- Alter 15 bis 23 Jahre
- Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer:innen .
- Mit der Anmeldung bestätigen die Teilnehmer:innen, welche noch nicht volljährig sind, dass die Eltern oder die gesetzlichen Vertreter über die Teilnahme am Sichtungstag Kenntnis haben.
- Das Tragen eines Eis- /Schneesport- oder Fahrradhelmes ist obligatorisch. Knie- und Schienbeinschoner werden empfohlen.
- Bringt eure eignen Eishockey- oder Kunstlaufschlittschuhe mit.
- Short Track Schlittschuhe für Try-out Session werden zur Verfügung gestellt.
- Nimm etwas zu essen und zu trinken mit

Kosten

- Anreise erfolgt auf eigene Kosten.
- Die Teilnahme am Training ist kostenlos.

Bei Fragen, wenn du vor Ort bist:
Jeff Kitura 078 327 91 51

Anmeldung

Unter folgendem Link kannst du dich anmelden:

https://forms.gle/sDaHJTYBKvFsiQaR7

Für allgemeine Fragen steht dir Francois Willen, Chef Leistungssport SIS, gerne zur Verfügung (francois.willen@swissiceskating.ch).