

Willkommen bei den DEC-Kids!

Liebe Eltern & Kinder,

zum Start der neuen Saison möchten wir euch gerne unser neues **DEC Kids Training** vorstellen.

Mit DEC-Kids möchten wir ein gemeinsames Training für alle Kinder zwischen **4 und 9 Jahren** anbieten – unabhängig davon, ob sie bisher im Eisschnelllauf, Eiskunstlauf oder Eishockey trainieren. Die Kinder sollen dabei die Möglichkeit bekommen, verschiedene Bereiche des Eislaufens kennenzulernen und von den unterschiedlichen Erfahrungen unserer drei Abteilungen zu profitieren.

Dafür haben wir ein gemeinsames Trainerteam aus allen drei Bereichen zusammengestellt:

Nathalie Mendes aus dem Eiskunstlauf,
Martin Davidek aus dem Eishockey und
Gabi Hirschbichler aus dem Eisschnelllauf.

Unterstützt werden sie von weiteren Übungsleitern aus den jeweiligen Abteilungen.

So läuft ein Training ab

Wir treffen uns **pünktlich um 15:00 Uhr an der Holzhütte im Innenfeld.**

Von 15:00 bis 15:30 Uhr starten wir gemeinsam mit einem Aufwärmprogramm neben dem Eis. Dabei geht es um Bewegung, Koordination, Kraft und natürlich auch darum, gemeinsam Spaß zu haben.

Danach haben die Kinder Zeit, sich umzuziehen und für das Eistraining fertig zu machen. **Um 15:45 Uhr geht es dann gemeinsam aufs Eis.**

Auf dem Eis arbeiten wir vor allem an drei Bereichen:

- **Technik & Körperkontrolle**
- **Schnelligkeit & Dynamik**
- **Koordination & Parcours**

Die Übungen werden spielerisch aufgebaut und durch Musik begleitet. Uns ist wichtig, dass die Kinder dabei gefordert werden, aber gleichzeitig immer Freude an der Bewegung behalten.

Die Gruppen

In den ersten sechs Wochen teilen wir die Kinder zunächst nach Alter ein:

4–5 Jahre | 6–7 Jahre | 8–9 Jahre

Damit die Gruppen leicht zu erkennen sind, bekommt jedes Kind ein farblich passendes Namensschild.

Die Gruppen bleiben dabei nicht dauerhaft bei einem Trainer. **Alle Kinder trainieren bei allen Trainern** und lernen dadurch die unterschiedlichen Bereiche und Trainingsweisen von Eiskunstlauf, Eishockey und Eisschnelllauf kennen.

Spaß- & Testtraining

Nach den ersten sechs Wochen möchten wir gemeinsam schauen, wie sich die Kinder in den Gruppen eingelebt haben und wie das Training für alle funktioniert.

Als Abschluss dieser ersten Phase planen wir deshalb einen besonderen „**Spaß- & Testtraining**“-**Montag**. An diesem Tag steht vor allem der gemeinsame Spaß auf dem Eis im Vordergrund. Wir werden viele verschiedene Spiele machen und dabei auch einige kleine Wettkampfübungen einbauen.

So können die Kinder noch einmal ganz ungezwungen zeigen, was sie in den ersten Wochen gelernt haben, und wir bekommen gleichzeitig ein gutes Gefühl dafür, wie wir die Gruppen im weiteren Verlauf gestalten können.

Was brauchen die Kinder?

Für das Training bitte mitbringen:

- Sportschuhe für das Aufwärmen
- Helm
- Handschuhe
- Trinkflasche
- Schlittschuhe

Und dann kann es losgehen!

Unser erstes **DEC Kids Training findet am 28.09.*** statt.

Wir freuen uns sehr auf die gemeinsame Zeit und darauf, den Kindern zu zeigen, wie vielseitig Eislaufen sein kann. Dabei geht es uns nicht darum, aus jedem Kind sofort einen Eishockeyspieler, Eiskunstläufer oder Eisschnellläufer zu machen. Vielmehr möchten wir eine gute Grundlage schaffen, Neues ausprobieren und vor allem **gemeinsam Freude am Eislaufen haben**.

Wir freuen uns auf euch!

Euer DEC Kids Trainerteam
DEC Inzell

***Wichtiger Hinweis:** Die Trainings am **28.09. und 12.10.** mussten aufgrund bereits verkaufter Eiszeiten vorverlegt werden. An diesen beiden Tagen beginnt das Training bereits um **14:45 Uhr**.

28.09. & 12.10.:

14:45–15:15 Uhr → Aufwärmen 15:30–17:00

Uhr → Eistraining