

3. Königscup im Eiskunstlauf

29.01.2022

8-21 Uhr



hydrotech
eisarena
Königsbrunn





Helfer

Wettbewerb

Aufwärmen Hindernisläufer	07:30	07:55	Ucci, Laura
Aufwärmen Minis / Bambini / Beginner	08:10	08:30	Beresneva, Anna
Einlaufen	07:55	09:10	Ucci, Laura
Nachrückverfahren	08:30	09:10	Brodt, Hilikka
Nachrückverfahren	09:10	10:30	Beresneva, Anna
Zeitnehmer	08:00	08:30	Brodt, Hilikka
Zeitnehmer	09:10	09:35	Brodt, Hilikka
Musik + Ansage	07:45	10:30	Rögner, Nadine
Musik + Ansage	10:40	14:10	Fuchs, Laura
Musik + Ansage	10:40	15:00	Mayr, Julia
Musik + Ansage	14:20	17:10	Proksche, Sabine
Musik + Ansage	15:00	18:45	Meyer, Dana
Musik + Ansage	18:45	20:00	Sanli, Dilan
Musik + Ansage	17:20	20:00	Rybintsev, Juliana



Anleitung

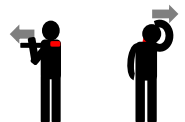
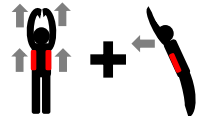
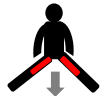
Helfer im Wettbewerb

Aufwärmen	Kinder beim Aufwärmen gemäß Aufwärmplan anleiten; Läufer der Gruppen Hobbies und Advanced wärmen sich selbständig auf
Einlaufen	Vorbereitung der Läufer auf dem Eis auf 1/3 der Eisbahn
Vorbereitung / Wettbewerb	Mit dem jeweils nächsten Läufer die Minikür nochmal im Kopf durchgehen, Handschuhe und Jacke ablegen und Läufer wenn er angesagt wird in den Wettbewerb losschicken
Nachrückverfahren	Beim Nachrückverfahren dürfen jeweils 6 Läufer zugleich auf dem Eis sein, einer in Vorbereitung und 5 beim Einlaufen. Wenn der nächste in den Wettbewerb geht, lässt man den nächsten auf der Startliste zum Einlaufen.
Zeitnehmer	Beim Hindernislauf stoppen der Zeit (jeweils ab dem und bis zum Überqueren der blauen Drittelbegrenzung).
Musik	Bei Elementewettbewerben dezente Hintergrundmusik abspielen, bei Kürläufern Einlegen der Kürmusik und Start wenn der Läufer in Position steht.
Ansage	Nächster Läufer, Läufer in Vorbereitung und ausfallende Läufer ansagen (auch für die Jury), danke an jeden Teilnehmer nach seinem Beitrag, Einlaufgruppen, Beginn der nächsten Wettbewerbsgruppe, Eisbereitung
Siegerehrung	Vorbereitung (Aufbau Pokale und Urkunden) Durchführung Siegerehrung

Aufwärmplan



- Joggen:** 2 Runden um die Eisbahn
- Laufschule** auf kurzer Seite:
 - 1 Bahnen Hopslerlauf
 - 2 Bahnen Seitgalopp (Kopf bleibt auf gleicher Seite)
 - 1 Bahn Kniehebelauf
 - 1 Bahn Anfersen
 - 2 Bahn seitlich Überkreuzen (Kopf bleibe auf gleicher Seite)
 - 2 Bahnen Dreiersprung + Hüpfen (1 Bahn rechts, 1 Bahn links)
- Mobilisation:**
 - 5x Arme vorwärts kreisen
 - 5x Arme rückwärts kreisen
- Kurzes Dehnen** (jede Übung 3 sec) aller wichtigen Muskelgruppen
-> siehe Übungen an der Seite
Kicks nach vorne: 5x jedes Bein
- Spiralfiguren:**
 - 10 sec Flieger ohne Festhalten (beide Seiten)
 - 10 sec Radiergummi ohne Festhalten (beide Seiten)
 - 10 sec Standspagat mit Festhalten (beide Seiten)
- Springen:**
 - 3x 3 Strecksprünge mit anschließendem Auslauf
 - 2x Drehsprung (1 Drehung): rechts, links, rechts, Auslauf
 - 2x Drehsprung (1 Drehung): links, rechts, links, Auslauf
 - Ab Gr. 6: 3x Drehsprung mit maximaler Umdrehung
 - Kürläufer: 3x Axel
- 3 Sprints** (schnell rennen) auf kurzer Seite





Helfer

Anmeldung

07:30	09:30	Fr. Hoppe; Afo, Ahyana; Afo, Siaraa
09:30	11:30	Zörb, Sabine / Mayer, Michael
11:30	14:30	Dalyan, Burhan / von Hinten, Konstantin
14:30	17:30	Krawinski, Diana / Krawinski, Elly / Vorgeitz, Anna-Lena
17:30	20:30	Kolasinac, Mia / Markgraf, Amelie / Dorn, Sophie

Anleitung

- Kontrolle 2G Plus bei allen, die die Eishalle betreten; wenn jemand nicht zu einem der teilnehmenden Vereine gehört, Aufnahme der Kontaktdaten
- Auf der Meldeliste abhaken wer da ist und wenn durch andere Vereinsmitglieder mitgeteilt durchstreichen wer nicht da ist
- Kür-CDs einsammeln und nach Wettbewerbsgruppen sortieren
- Wenn eine Meldeliste komplett abgehakt ist, spätestens aber 20min vor Beginn der Wettbewerbsgruppe muss eine Kopie der Meldeliste sowie die Kürmusiken der Gruppe zur Ansage gebracht werden.



Helfer

Ergebnis & Siegerehrung

08:45	11:30	Kiening, Isabella / Ucci, Sofia / Beresneva, Olivia
Ca. 9:15	10:00	Siegerehrung TSV - Kientsch, Tamara / Mößmer, Sandra
11:30	14:30	Kientsch, Tamara / Mößmer, Sandra
Ca. 10:45	11:30	Siegerehrung 1 - Kientsch, Tamara / Mößmer, Sandra
Ca. 13:15	14:00	Siegerehrung 2 - Kientsch, Tamara / Mößmer, Sandra
14:30	17:30	Eisenburger, Martin / Hartmann, Anton
Ca. 16:15	17:00	Siegerehrung 3 - Strobl, Hubert / Strobl Samuel
17:30	20:30	Kolasinac, Mia / Markgraf, Amelie / Dorn, Sophie (zusammen mit Anmeldung), Strobl, Hubert
Ca. 18:45	19:30	Siegerehrung 4 - Strobl, Hubert / Strobl Samuel
Ca. 20:00	20:40	Siegerehrung 5 - Strobl, Hubert / Strobl Samuel

Anleitung

- Wertungsbögen bei der Jury abholen alle 1-3 Läufer, abfotografieren und per WhatsApp an Fr. Eisenburger (0175 5768380).
- Wenn das Ergebnis von Fr. Eisenburger zurückgemeldet wird, Platzierungen auf die Urkunden schreiben.
- Wenn alle Gruppen einer Siegerehrung fertig sind, Siegerehrung vorbereiten (Pokale, Urkunden)



Helfer

sk8bar (Verpflegung)

07:30	09:30	Rau, Noli / Roßbach, Katja / Fr. Kochulanova
09:30	11:30	Rau, Noli / Roßbach, Katja / Beresneva, Anna
11:30	13:30	Malev, Elena / Schwarz, Ursula / Maier, Maria
13:30	15:30	Trott, Martina / Dumitru, Laura / Graf, Sieglinde
15:30	17:30	Förg, Olga / Fischer, Petra
17:30	20:30	Beresneva, Anna / Graf, Sieglinde

Anleitung sk8bar

Morgens: Sachen aus dem Lager holen, Aufbau

Ganztags:

- Butterbrezn schmieren, Semmeln belegen
- Kaffee kochen und in Thermoskannen füllen, später am Tag auch Kinderpunsch und Glühwein warm machen
- Mittags Wienerle warm machen
- Die Speisen und Getränke verkaufen (Preise siehe letzte Seite)

Abends:

- Abbau / Aufräumen



Helfer

Vor- und Nachbereitung

Preisrichter und Sanitätsdienst organisieren				Eisenburger, Lilian
Urkunden, Pokale				Eisenburger, Lilian
isuCalc, Startlisten, Judges Sheets				Eisenburger, Lilian Eisenburger, Tanja
Einkauf Verpflegung				John, Jennifer Rau, Noli
Aufbau Anmeldung	Sa	06:30	07:30	Brodts, Hilikka
Aufbau sk8bar	Sa	07:30		Erste sk8bar Schicht
Abbau sk8bar	Sa	20:00	20:30	Letzte sk8bar Schicht
Abbau	Sa	21:45	22:30	Strobl, Samuel Strobl, Hubert

Imbiss in der sk&bar

Speisen

Butterbreze	2,00 €
Halbe belegte Semmel	1,50 €
Ganze belegte Semmel	2,00 €
1 Paar Wienerle mit Semmel	3,00 €



Süßspeisen

Kuchen	1,50 €
Muffin groß	1,50 €
Muffin klein	1,00 €
Schokoriegel	1,00 €

Heiße Getränke

Kaffee	2,00 €
Tee	1,50 €
Glühwein	2,00 €
Kinderpunsch	1,50 €



Kalte Getränke

Mineralwasser	1,50 €
Apfelschorle	1,50 €
Limonade / Cola	2,00 €



Pfand (Tassen und
Flaschen): 0,50€