

# Eishockey ist nicht nur für harte Jungs

Bei einem Spiel der 8-jährigen Eishockeyspieler erklärt Simon Thiele, Nachwuchs-Trainer bei den Stuttgart Rebels, wie **Kinder sich für Eishockey begeistern lassen.**



Voller Einsatz ist beim blitzschnellen Spiel mit dem Puck gefragt.

Foto: Kirsten Oborny

— Freitagabend auf der Waldau im Eisstadion. Die 8-jährigen Spieler begrüßen die „Stuttgart Rebels“ mit Handschlag und zischen aufs Eis. 5 gegen 5 Kinder spielen heute in der 10-Minuten-Pause der Rebels. Zwei Tore fallen in der kurzen Zeit, alle jubeln.

Nick ist einer der begeisterten Eishockeyspieler. Mit 3 1/2 Jahren drehte er seine ersten Runden auf dem Eis. Der Verein „Stuttgart Rebels“, der auch in der Regionalliga spielt, trainiert seinen Nachwuchs auf der Waldau in Degerloch. Simon Thiele, einer der Nachwuchs-Trainer erklärt, dass für alle Altersstufen von 5 bis 20 Jahren Trainingsgruppen angeboten werden können.

Nick und seine Gruppe hat mit der „Laufschule“ angefangen. Sie lernen vorwärts und rückwärts fahren, übersetzen, sprinten und bremsen. Wer dann sicher eisläuft, kann zu den „Minis“ wechseln und in ersten kleinen Spielen trainieren. Mädchen sind genauso willkommen wie Jungs.

## Komplexes Training

Das eigentliche Training ist komplex, denn zusätzlich zum Eislaufen kommt noch der

Umgang mit Stock und Puck. Und die Übersicht übers Spiel. „Ein Eishockeyspieler braucht ca. neun Jahre Training, bis er das alles beherrscht“, erklärt Thiele. Durch die Geschwindigkeit auf dem Eis, setzt es beim Spieler noch mehr Koordination und schnelle Reaktion voraus als z. B. beim Fußball.

Die „Minis“ sind zwischen 5 und 7 Jahren. Sie üben weiter an ihren Eislauf Fähigkeiten und dürfen dann nach strengen Re-

## »Die Kinder gehen nach Hause und strahlen.«

Simon Thiele, Nachwuchs-Trainer

geln schon richtige kleine Spiele machen. Dabei geht es um den Spaß, nicht so sehr um das Gewinnen.

Im Training dürfen sich die Kinder so richtig austoben, es ist laut, sie schwitzen in den dicken Schutzanzügen, machen Trinkpausen und freuen sich auf eine neue Runde. Das Training folgt dabei in genau strukturierten Einheiten. So geht es um Koordination und blitzschnellen Richtungswechsel auch in Kurven.

## Nicht so gefährlich wie vermutet

Schläger und Puck können gefährliche Waffen sein, daher muss Disziplin geübt und eingehalten werden. Verletzungen gibt es dank der Schutzkleidung bei den Kleinen kaum. Statistisch gesehen sind Eishockeyspieler seltener verletzt als Fußball- oder Handballspieler, sagt Trainer Thiele.

## Zusammenhalt als Team

Ein wichtiges Ziel des Trainings ist es, den Gruppenzusammenhalt zu fördern. Eltern sollten sich da im Hintergrund halten: Sie werden in der Kabine bei den Minis noch zum Umziehen gebraucht, da die Schutzkleidung schwer anzuziehen ist. Aber schon die Schüler sind mit Trainern und Betreuerinnen allein in der Kabine. „Sie werden abgehärtet, selbstbewusst und lernen Teamgeist“, ergänzt Thiele.

Nick ist inzwischen fertig mit dem Spiel und zieht sich um. „Am meisten Spaß macht das Spiel“, strahlt Nick, „und ein Tor zu schießen“.

**Anna Schweighardt**

## INFOS

### Eishockey lernen

Laufschule ab 3 1/2 Jahren. (Nach 3x kostenlosem Schnuppern kann man eine Zehnerkarte für die Laufschule kaufen.)  
Trainingszeiten Laufschule Mo 16.00–16.50 Uhr und Sa 12.50–14.00 Uhr.  
Mehr unter: [www.stuttgarter-ec.de](http://www.stuttgarter-ec.de)

Schnuppertermine für Eishockey:  
28.11.15/23.1.16/20.2.16 jeweils  
11.15–12.30 Uhr

Interessant für Kindergärten:  
Im Programm „Kindi auf Kufen“ lernen Kita-Gruppen gemeinsam Eislaufen.  
Mehr unter: [www.stuttgarter-ec.de/nachwuchs/kindi-auf-kufen](http://www.stuttgarter-ec.de/nachwuchs/kindi-auf-kufen)