FELIX & KONRAD

Newsmagazin des HC Rychenberg

Mai 2024

2 **Das Warten geht weiter**
Was lange währt, wird endlich gut. Auf den HCR trifft das noch nicht zu. Eine Baisse zur Unzeit begräbt seine Titelambitionen.

3 **Alle halten den Kopf hin**
Nick Schüpbach macht es, seine Cousine Lea macht es und die Verwandtschaft ebenso. Ihre Familie hat sich aufs Torhüten spezialisiert.

9 **Ein Kotilainen für den HCR**
Tero Kotilainen verlässt die oberste finnische Liga und fördert fortan den HCR und dessen Talente mit seinem grossen Fachwissen.

9 **Lernen von einem Grossen**
Nationalspieler Nicola Bischofberger lässt interessierte Nachwuchsspieler von seiner grossen internationalen Erfahrung profitieren.

Zweimal Schweizer Meister!



U18A

Als Tabellenführer trafen unsere U18A-Junioren im Viertelfinale auf Malans und zeigten zu Beginn Mühe, in den Playoffmodus zu gelangen. Mit einem souveränen Sieg im entscheidenden fünften Spiel konnten sie den Halbfinaleinzug realisieren. Dort gewannen sie nach zwei knappen Spielen mit 3:0 gegen GC. Im Final trafen sie auf Wiler-Ersigen, das sie über vier Spiele mit 3:1 bezwangen. Eine ambitionierte Zielsetzung, viel Leidenschaft und Einsatz mit Herzblut – drei essenzielle Team-Aspekte führten den HCR am Ende zum Schweizer Meistertitel.

U14A

Als Tabellenführer gestartet, musste die U14-Mannschaft ihre erste Niederlage im Halbfinale gegen Chur hinnehmen. Dank eines Sieges in der Verlängerung im zweiten Halbfinal-Spiel konnte sie die Serie noch mit 2:1 für sich entscheiden. In der anschliessenden Finalserie um den Schweizer Meistertitel der Region Ost traf der HCR auf die Thurgauer Sportschule aus Erlen, welche er am Ende mit 2:0 Siegen bezwingen konnte. Über die gesamte Saison hinweg erkämpfte sich die Mannschaft insgesamt zwanzig Siege und erlitt nur eine Niederlage. Wahrlich meisterlich.



VORWORT GESCHÄFTSFÜHRER

Zeit zur Reflexion

Die Spielzeit 2023/24 ist in den Geschichtsbüchern. Gewisse Kapitel der diesjährigen Saison hätten wir als Verein sicher gerne anders geschrieben. Zum Beispiel über die Helden eines Cupsiegs oder von einer erfolgreich Playoff-Kampagne unser UPL Mannschaft. Andere Kapitel hätten wir dann aber auch genauso geschrieben, wie sie am Ende der Saison eingetroffen sind. Zum Beispiel die Meistertitel unserer U18A- und U14A-Junioren, der Aufstieg unseres Alumni-Teams oder den Ligaerhalt all unserer zweiten Nachwuchsteams und unserer 3. Liga-Mannschaft.

Erfolg und Misserfolg liegen im Sport oft dicht beieinander. Die damit verbunden Emotionen machen die Faszination des Sports aber gerade aus.

Die vergangenen zwölf Monate haben uns wieder einiges gelehrt, sowohl Positives als auch Negatives. Es ist wichtig, auch nach der 40. HCR-Saison zu reflektieren, sich zu hinterfragen und sich weiterzuentwickeln. Dies betrifft nicht nur die sportliche Leitung oder die Spieler unserer UPL-Mannschaft, sondern auch die Vereinsleitung und die Geschäftsstelle.

Auf der Geschäftsstelle erkennen wir eine zunehmende gesellschaftliche Belastung unserer Organisation und unserer Mitglieder. Die gemeinsame Kommunikation bleibt weiterhin der wesentliche Erfolgsfaktor für Teams wie auch für unseren ganzen Verein. In diesem Bereich möchten wir uns weiter verbessern und verstärkt den Dialog und den Austausch fördern und pflegen.

An dieser Stelle möchte ich allen Helfern, Trainern, Unterstützern, Sponsoren und Partnern für ihre grosse Unterstützung danken. Ohne sie wäre die Jubiläumssaison nicht möglich gewesen.

Beim Lesen des aktuellen Newsmagazins mit vielen Geschichten aus unserem Vereinsalltag wünsche ich viel Freude. Die neueste Ausgabe des «Felix & Konrad» beweist einmal mehr, wie vielfältig und breit abgestützt unsere Organisation ist. In der Hektik des Alltags geht dieser Blick auf die Freuden des Vereinslebens oft verloren. Ich danke allen Schreiberlingen und Mitarbeitern der aktuellen Ausgabe für die wunderbaren Erinnerungen der letzten Monate.



Mario Kradolfer,
Geschäftsführer HC Rychenberg

IMPRESSUM

Redaktion: Annatina Frizzoni (afr), Mario Kradolfer (kra), René Bachmann (rab)

Texte: Aaron Flütsch (afl), Beat Eckert (bee), Carlo Superina (cas), Cornelia Schindler (cos), Daniel Keller (dak), Daniel Steinert (das), Denise Pernet Ammann (dpe), Florian Heer (flo), Janne Strebel (jas), Lukas Wille (luw), Matthias Lehner (mal), Michel Schwerzmann (mis), Nicolai Muff (nim), Noemi Liesike (nol), Rolf Peter (rop), Tim Aeschimann (tia), Urban Müller (urm), Urs Hüninger (urh), Werner Heiniger (weh)

Fotos: Annatina Frizzoni, Markus Aeschimann, Stefan Muggli

Layout: Jonas Lutz

Druck: Printimo AG

HC Rychenberg
Grüzefeldstrasse 32 // 8400 Winterthur
hcrychenberg.ch

Fragen, Anregungen oder Kritik?
presse@hcrychenberg.ch

NLA

Von himmelhoch jauchzend zu zu Tode betrübt

Die Saison 2023/24 des HC Rychenberg war ein emotionales Auf und Ab, geprägt von Hoffnungen und Enttäuschungen. Die Playoffs waren eine Achterbahn der Gefühle, die mit einem schmerzhaften Ausgang endete.

Nach dem Halbfinalout gegen Köniz in der vergangenen Saison knüpfte das Team um Trainer Philipp Krebs sofort an die Erwartungen und Leistungen der letzten Saison an. Die Arbeit in den Trainings war akribisch und diszipliniert. Folgerichtig gelang dem Team im August 2023 der Einzug in den Supercupfinal gegen Wiler. Das Spiel ging leider unglücklich verloren.

Wintermeister
Trotz dieses Rückschlags liess sich die Mannschaft nicht verunsichern. Die Rechnung gegen Köniz wurde bereits im ersten Meisterschaftsspiel beglichen und die Leistung der Mannschaft als stark eingeordnet. In den ersten 15 Meisterschaftsrunden fand das Krebs-Team fast immer eine Lösung, die Spiele noch zu gewinnen. Neben Shutout- und Kantersiege konnten auch eher enge Partien wie jene gegen Wiler und GC gewonnen werden. Einzig gegen Zug gab es zweimal keine Punkte. Das Team schloss das Jahr 2023 mit einer sehr guten Leistung auf dem ersten Rang ab.

Qualifikationssieger
In den letzten sieben Meisterschaftspartien veränderte sich das Bild nicht. Die ersten beiden Linien um die Führungsspieler wurden weiterhin in jedem Spiel sehr stark forciert und so gelang es dem HCR weiterhin, hohe Siege einzufahren und auch knappe Partien zu seinen Gunsten zu entscheiden. Leider kamen, von aussen beobachtet, die Spieler der Linien drei und vier eher selten zum Einsatz und konnten daher auch wenig Praxiserfahrung sammeln. Trotzdem gelang dem HCR, die Qualifikation auf dem ersten Rang abzuschliessen.

Der Cupfinal und das Drama in den Playoffs
Der Trainerstab um Krebs entschied, den Viertelfinal gegen das Thurgau zu bestreiten. In der Qualifikation hatte der HCR gegen den erstmaligen Playoff-Teilnehmer zweimal sehr deutlich gewinnen können. Die Playoffs waren für den HCR dann aber geprägt von Höhen und Tiefen, Triumph und Enttäuschung, kämpferischem Einsatz und dem Ringen mit den eigenen Schwächen. Die Playoffs waren eine emotionale Achterbahnfahrt.





Die Serie gegen Thurgau begann vielversprechend. Die Niederlage im Cupfinal setzte dem Team jedoch auf mentaler Ebene zu. Im ersten Spiel schien der HCR trotz des Heimvorteils nicht in Bestform zu sein. Fehler und Nervosität bestimmten das Spiel, während Thurgau mit Effizienz und Kontern punktete.

Die nachfolgenden Partien brachten eine Mischung aus Kampfgeist und Verzweiflung. Der HCR kämpfte sich zwar zurück, blieb aber oft hinter seinen Möglichkeiten zurück. Krebs bemühte sich um Lösungen, doch die mentale Blockade blieb bestehen. Die Serie entwickelte sich zu einem echten Prüfstein für das Team.

Trotz des kämpferischen Einsatzes und einzelner Erfolge blieben die Spiele ein ständiger Kampf gegen die eigene Unsicherheit. Die Spieler versuchten, sich aus der Krise zu befreien, doch das Glück war nicht auf ihrer Seite. Selbst überlegene Leistungen brachten nicht den verdienten Erfolg. Nach einer Reihe enttäuschender Ergebnisse zog der Verein die Reissleine und trennte sich von Krebs. Der Schritt sollte einen Neuanfang ermöglichen und die Chance zur Realisierung der angestrebten Saisonziele erhöhen. Interimistisch übernahm Kari Juhani Koskelainen das Ruder. Die Leistungen wurden zwar entschieden besser, doch das enttäuschende Aus im Viertelfinal war nicht mehr abzuwenden.

Ausblick
Die Saison mag mit grossen Enttäuschungen und einschneidenden Ereignissen geendet haben, aber sie zeigte auch, dass der HCR über ein grosses Potenzial verfügt. Mit neuen Impulsen und einem frischen Geist wird das Team sicherlich gestärkt aus dieser Erfahrung hervorgehen und in der kommenden Saison mit neuer Energie und Entschlossenheit antreten. mis

Cupfinal

Sportlich gesehen hatten wir leider nichts am Haken, doch die Unterstützung von den Rängen war einmal mehr fantastisch!





VEREIN

Big Save – Einblick in eine Goaliefamilie

«Alle, die in unserer Familie leistungsorientiert Sport machen, sind Goalies.» – HCR-NLA-Goalie Nick und seine Cousine Lea Schüpbach stehen beide in ihren Sportarten national auf höchstem Niveau im Tor.

Nicolas Schüpbach, von allen Nick genannt, ist 27 Jahre alt und hütet seit 2009 das Tor des HC Rychenberg. Nick wuchs zwar in Andelfingen auf, zog aber schon mit 19 Jahren nach Winterthur. Bis auf seinen Aufenthalt in Schweden während der Saison 2022/23 blieb er seither der Heimatsstadt des HC Rychenberg treu und sagt heute über sich selbst ganz klar: «Ich bin Winterthurer.»

Nach einer Lehre zum Mediamatiker holte Nick die Berufsmaturität nach, um sich anschliessend an der Pädagogischen Hochschule zum Primarschullehrer ausbilden zu lassen. Heute arbeitet er neben dem Unihockey als Lehrer. «So habe ich schon einen coolen Alltag», äussert sich Nick zu seiner aktuellen Situation.

Wenn sich Nick nicht in der Schule oder auf dem Unihockeyfeld aufhält, ist die Wahrscheinlichkeit gross, ihn beim Kochen oder Backen in der Küche anzutreffen. Nick mag es auch, Museen, Konzerte oder Tanzveranstaltungen zu besuchen und verbringt dabei auch gerne Zeit mit Freunden. «Ich fühle mich momentan sehr ausgeglichen», erzählt er.

«Ich glaube, als Junge reizte mich vor allem der Helm», lacht Nick, wenn man ihn fragt, wieso er sich schon zu Beginn seiner Karriere für die Position des Goalies entschied. Im Schulsport entdeckte er damals den Unihockeysport für sich und begleitete einen Freund zu einem Training bei den C-Junioren des HC Rychenberg. «Mit Trainerhosen und Pulli stand ich da zum ersten Mal im Tor», schildert Nick.

Es reizte ihn, als Goalie der einzige Spieler im Unihockey zu sein, der immer auf dem Feld bleibt. In erster Linie faszinierte es ihn aber, als Goalie den grossen Unterschied in vielen Situationen machen zu können. Nicks Leidenschaft war geweckt und mit etwas Glück wurde für ihn ein Platz in der U16-Mannschaft des HC Rychenberg frei. «Anfangs war es wohl eher meine Körpergrösse, die Erfolg versprach.» Nach und nach entfaltete sich jedoch Nicks Talent, was diesen anfänglichen Vorteil schnell in den Hintergrund rücken liess.

Das Anschauen der gegnerischen Spieler, deren Stockauslegung und die Penaltyanalyse spielen für Nick eine zentrale Rolle in seiner Matchvorbereitung. Wenn man Nick nach Ritualen fragt, ist es ihm heute vor einem Spiel nur noch wichtig, «dass ich gemütlich zum ‹Käffele› komme und vielleicht etwas an die frische Luft kann.»



Die Geschichte ohne Helm
«Ich komme aus einem kleinen Weiler in Winterthur mit dem Namen Taa. Heute wohne ich in Reutlingen, in der Nähe von Stuttgart», stellt sich Lea Schüpbach vor. Die meisten Schweizerinnen und Schweizer kennen die 26-Jährige als Handballtorhüterin der Schweizer Nationalmannschaft. Seit 2020 hat Lea aber vor allem auch Wurzeln in Deutschland geschlagen und ist bis heute als Torhüterin des TuS Metzingen fester Bestandteil der Bundesliga.

Mit dem Handball kann Lea heute ihren Lebensunterhalt knapp bestreiten, arbeitet zusätzlich jedoch trotzdem beim schweizerischen Handball-Verband (SHV) als Mitarbeiterin im Bereich Leistungssport. «In meiner Freizeit unternehme ich gerne was mit meinen Freunden, Kolleginnen oder der Familie, sei es zu einem Brunch oder einer sportlichen Aktivität. Zum Abschalten lese ich auch gerne mal ein Buch», erzählt Lea über ihren Alltag abseits des Leistungssportes.

Wie Nick zum Unihockey kam auch Lea durch eine Schulfreundin zum Handball. Die 12-Jährige sprang damals bei Yellow Winterthur die ersten zwei Jahre ihrer Karriere im Tor oder auf dem Feld dort ein, wo das Team sie gerade brauchte. Mit 14 wurde Lea von ihrem Trainer für die Regionalauswahl vorgeschlagen und einmal pro Woche als Torhüterin in ein U17-Training geschickt. «Also wurde ich einfach ins Tor gestellt», schmunzelt Lea.

«Ich mag es sehr, die letzte Position zu sein, die am Verhindern eines Tores noch was machen kann», beschreibt Lea ihre Rolle als Goalie heute. «Am Spieltag schaue ich mir immer nochmals die Wurfanalyse vom Gegner an, um auch gut vorbereitet zu sein», äussert sich Lea zu ihrer Matchvorbereitung ähnlich wie Nick. Vor manchen Spielen findet man sie sogar im Gym für ein Pregame-Workout. «Zum Essen mache ich mir immer irgendeine Pasta-Variante.»

Eine Familie, zwei Goalies
Lea und Nick wuchsen mit engen Familienbanden auf und verbrachten als Kinder viel Zeit miteinander. Wo heute aufgrund der vollen Terminkalender kaum noch regelmässige Treffen möglich sind, waren früher Übernachtungspartys nach Familienfeiern und gemeinsame Abenteuer gang und gäbe. Trotz und vielleicht auch gerade wegen ihrer beider Sportkarrieren pflegen sie bis heute ein inniges Verhältnis. Beide sind der Meinung, dass der Spitzensport durchaus auch ein Thema ist, welches sie verbindet.

«Ich glaube nicht, dass es nur Zufall ist, dass wir beide Goalies sind, und auch Freude daran haben, dass wir so gut darin wurden. Wir sind uns vom Charakter her sehr ähnlich», sagt Nick. Lea wie auch Nick beschreiben sich als sehr geduldig und ruhig. Beide besitzen die Fähigkeit, fokussiert zu sein und im richtigen Moment explosiv agieren zu können. Bei Lea wie auch Nick ist darüber hinaus eine ausgeprägte soziale Ader unverkennbar. Beide sehen ihre Rolle im Team auch darin, die «Supporter» zu sein und dem Team den Rücken freizuhalten.

Nicht nur im Unihockey und Handball ist die Familie Schüpbach vertreten. Auch im Fussball halten ihre Mitglieder den Kasten dicht: Cousine Anna Stegemann steht



für den FC Biel in der NLB im Tor und der angeheiratete Timon Waldvogel bewahrt in der Challenge League den FC Wil vor vielen ungewollten Treffern. Wir wünschen Lea eine gute und schnelle Genesung nach ihrem Kreuzbandriss und allen Goalies der Familie nur das Beste für ihre sportliche und private Zukunft. Wir freuen uns darauf, euch bald wieder in Aktion zu sehen. nol

SwissITP
Swiss IT Professional AG
Die Profis für IT - Services

SwissITSM
Swiss IT Service Management AG
Die Profis für Enterprise Services







NACHWUCHS

Zwei Meistertitel im Nachwuchs

Letzten Sommer hatten wir uns das Ziel gesetzt, während der gesamten Saison hungrig zu bleiben und uns kontinuierlich weiterzuentwickeln. Unser Fokus lag darauf, jeden Spieler individuell voranzubringen und starke, eingeschworene Teams zu formen. Am Ende der Saison können wir stolz auf zwei Schweizermeistertitel in den U-Leistungsteams zurückblicken.

Die U14A-Junioren starteten fulminant in die Saison und eilten von Sieg zu Sieg. Nach 16 erfolgreichen Qualifikationsspielen wurde das Team von Christian Furrer im Playoff-Halbfinale von Chur ordentlich gefordert. Nach einer Niederlage im ersten Spiel rappelte sich die Mannschaft rechtzeitig auf und kämpfte sich in die Serie zurück. Mit zwei knappen Siegen im Gepäck wartete im Finale Erlen. Dort zeigte die U14A enorme Nehmerqualitäten und steigerte sich im Verlauf der Spiele kontinuierlich. Mit unermüdlichem Einsatz und dem Glauben an den Sieg sicherte sich das Team den zweiten Schweizermeistertitel der Gruppe Ost in Folge.

Die Lehren gezogen

Die U16A-Junioren ihrerseits qualifizierten sich souverän auf dem dritten Rang für die Playoffs und verpassten den Qualisieg nur ganz knapp um einen Punkt. Trotz starken Spielphasen konnte die Mannschaft von Martin Oesch allerdings selten über die vollen sechzig Minuten ihr ganzes Potenzial abrufen. Nach zwei Playoff-Siegen gegen Luzern wartete im Viertelfinal erneut Köniz. Der spätere Meister konnte zwar zweimal hart gefordert, aber nicht besiegt werden.

Das U16-Meisterteam von vor zwei Jahren hatte sich für die U18-Saison hohe Ziele gesetzt. Nach einer äusserst erfolgreichen Qualifikation trafen sie im Playoff-Achtelfinale auf das achtplatzierte Malans. Hier musste das Team von Dominic Graber feststellen, dass es in den Playoffs nicht ganz so einfach weitergeht und viel Leidenschaft und harte Arbeit gefragt sind. Dennoch behielte es die Oberhand und zeigten mit ihren neu gewonnenen Erfahrungen ein beeindruckendes Comeback. Weder GC im Halbfinale noch Wiler-Ersigen im Finale konnten unsere Mannschaft daran hindern, sich souverän mit dem Schweizer Meistertitel zu krönen.

Ein riesiges Dankeschön geht an alle Trainer und Spieler für ihr ausserordentliches Engagement und ihre Hingabe. Dank eurer Leidenschaft haben wir eine unglaublich grossartige Saison erlebt. Besonders möchten wir die Unterstützung der Eltern hervorheben. Ihr habt eure Jungs stets unterstützt und zahlreiche Aufgaben im Hintergrund erledigt. Ihr seid die besten Fans. Danke! nim

Immer TOP-informiert, immer am Ball!

Wir sind stolzer Medienpartner des HC Rychenberg.

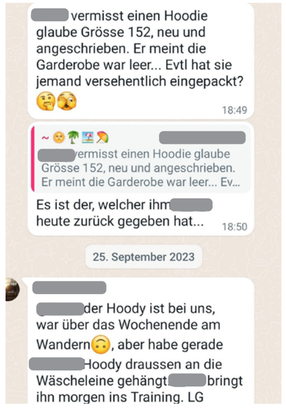
TOP
toponline.ch

U21A

Teamgeist und defensive Struktur

Von Beginn der Saison an zeigte die U21-Mannschaft einen im Vergleich zu den Vorjahren verbesserten Teamgeist. Durch das Fehlen eines Leaders war dies auch notwendig und er ermöglichte Spielern, die zuvor eher zurückhaltend aufgetreten waren, sich in eine neue Rolle hineinzufinden. Die veränderte Ausgangslage war handkehrum wohl mit ein Grund für die grosse Inkonstanz in Sachen Winner-Mentalität. Zu sehen war dieses Defizit an der unterdurchschnittlichen Chancenauswertung. Trotz lobenswerter Fortschritte in der Offensivstruktur fehlte es an der Kaltschnäuzigkeit vor dem Tor. Dank der – von wenigen Ausnahmen abgesehen – konstant guten Defensivarbeit konnte dieser Mangel oft kompensiert werden. In den entscheidenden Momenten machte er jedoch den Unterschied aus. Diesbezüglich werden wir sicherlich noch einen Schritt vorwärts machen müssen. afl





U14A

Die After-Match-Tauschbörse

Nach jedem Match verwandelt sich der Elternchat der U14A-Junioren in eine mehr oder minder lange Tauschbörse. Die einen Eltern schreiben, was vermisst wird. Dabei kann es sich um Trainerhosen, Hoodies oder einzelne Socken handeln. Die andern Eltern merken nach dem Waschgang, dass nicht alles Saubere zum eigenen Haushalt gehört, und bieten es auf der Tauschbörse wieder an. Der Verdacht liegt nahe, dass die Jungs auch nach dem Match nur Unihockey im Kopf haben. afr

U16A

Playoff-Frisur

Bekanntlich ist es Brauch, dass man sich beim Einzug in die Playoffs das Gesichtshaar in Form eines Schnäuzers wachsen lässt. Da in der U16-Mannschaft damit nicht gedient werden kann, musste stattdessen bei so manchem das gepflegte Haupthaar daran glauben. Ob das wohl noch bereut wurde? cas



U18A

Mit grosser Unterstützung zum Titel

Eine Unihockeysaison durchläuft viele Phasen. Die Aufbauphase, die Saisonvorbereitungsphase, die Hinrundenphase, die Rückrundenphase. Dann kommen die Playoffs. Und wenn alles stimmt, dann dauert diese Phase bis zum Titelgewinn, was der U18A-Mannschaft am 13. April gelang.

Was in jeder Phase wichtig ist und auch mal das Zünglein an der Waage spielen kann, ist die Unterstützung der Fans. Die U18A durfte in dieser Saison auf eine tatkräftige, kreative, lautstarke und vor allem auch zahlreiche Unterstützung zählen. Sie haben die Mannschaft mit zum Titel getragen und unsere unvergesslichen Momente in der Halle mit viel Lärm und Farbe begleitet. Herzlichen Dank. dpe





U21A

Die Sache mit der Bussenkasse

Wenn es eine Sache gibt, die sich jede Saison wiederholt, ist es die Diskussion um das liebe Geld. Bei der Bussenkasse teilt sich das Team bereits zu Beginn der Saison in zwei Lager. Diejenigen, die bereits wissen, dass sie ein Saisonabo auf der ominösen Excelliste haben und für tiefe Bussen stimmen, gegen jenen Teil, der von sich selber glaubt, selten bis nie auf der Liste zu erscheinen, und darum möglichst hohe Beträge als gut befindet. Trotz ewigen Streitgesprächen über die Gerechtigkeit und Notwendigkeit der Busse, vereinen sich die beiden Lager Ende Saison beim Saisonabschluss wieder und diejenigen ohne Bussen bedanken sich bei den Stammgästen der Liste für das Sponsoring des Abschlusses. das



U14A

Ueli will fliegen

Nach dem verlorenen, ersten Halbfinalspiel gegen Chur in der AXA Arena musste ein Maskottchen für die Mannschaft her. Es wurde eine gelb-schwarze Hummel. Wieso? Gemäss den physikalischen Gesetzen der Aerodynamik kann eine Hummel nicht fliegen. Wie wir alle wissen, tut sie es trotzdem. Die kleinen Insekten schlagen ihre Flügel bis zu 200 Mal pro Sekunde, um genug Wirbel zum Abheben zu erzeugen. Keine 08/15- sondern eine Extraleistung! Und die mussten auch unsere Jungs bringen, um die Serie zu drehen. Fortan durfte Ueli, die Hummel, nach jedem Match beim Siegestanz in der Garderobe mitfliegen – zuletzt beim Freudentanz über den Schweizer Meistertitel. afr

VEREIN

Padrino

Das Padrino-Projekt wurde bereits im Jahr 2019 beim HC Rychenberg ins Leben gerufen und findet bis heute grossen Anklang bei den verschiedenen Juniorenmannschaften. Die UPL-Spieler übernehmen jeweils die Götti-Rolle bei einem Juniorenteam und besuchen diese gelegentlich während einer Saison bei einem Training oder einer Meisterschaftsrunde. Ziel des Projektes ist es, den Zusammenhalt im Verein zu stärken und bereits die jüngsten Unihockeyspieler mit ihren Vorbildern aus der Unihockey Prime League zu verbinden.

Es kommt vor, dass man gewisse UPL-Spieler zu ihrem Götti-Glück auch mal etwas überreden muss, aber sobald sie mit den Kindern in der Halle stehen und das Leuchten in den Gesichtern der Kinder sehen, ist das Padrino-Projekt für beide Seiten gleichermassen bereichernd.

Wir danken den UPL-Spielern und den Juniorentrainern für die Umsetzung des Padrino-Projekts in der abgelaufenen Saison. kra



NACHWUCHS BREITENSPORT

Den Ansprüchen gerecht geworden

Die vergangene Saison verlief insgesamt erfreulich. Engagierte und kompetente Trainerteams auf allen Stufen führten die vier Mannschaften erfolgreich durch die Saison und stellten sicher, dass wir den allermeisten Jungs Trainings und Spiele auf ihrem Niveau bieten und sie grosse Fortschritte machen konnten. Im Vergleich zum Vorjahr war der Austausch mit den A-Teams besser koordiniert, auch wenn es noch Optimierungspotential gibt.

Junioren U14B
Wir starteten erstmals mit zwei U14B- und dafür ohne Kleinfeld-Team in die Saison. Dadurch konnten wir mehr Jungs Grossfeld-Unihockey bieten. Das brachte zu Beginn etwas mehr Durchmischung als in den Vorjahren, aber die beiden Teams fanden sich sehr schnell und hatten beide eine gute Saison (zweiter Rang für rot, vierter für gelb). Auf die nächste Saison hin werden 15 Spieler auf die Stufe U16B wechseln und alle bereits Grossfelderfahrung mitbringen.

Junioren U16B
Die Mannschaft trat zur Meisterschaft mehrheitlich mit jungen Spielern an, die erst gerade aus der U14-Stufe aufgestiegen waren. Trotzdem schlug sie sich beachtlich und beendete die Saison auf dem vierten Rang. Eine Herausforderung war es, innerhalb des grossen Kaders von über 25 Spielern allen Bedürfnissen gerecht zu werden. Um Abhilfe zu schaffen, werden wir die Mannschaft voraussichtlich in der kommenden Saison nicht nur für die U16B-, sondern auch für die Kleinfeld-Meisterschaft (Jun. B) anmelden.

Junioren U18B
Auch das U18B-Team bestand hauptsächlich aus Spielern des jüngeren Jahrgangs und meisterte diese Herausforderung mit dem fünften Rang bestens. Schwierigkeiten bereitete allerdings, dass teilweise nur zehn Feldspieler zur Verfügung standen. Die Situation wird sich auf die neue Saison hin verbessern, da ein paar Spieler vorzeitig aus der U16B-Mannschaft aufsteigen und wir damit über einen genug grossen Kader verfügen werden.

Ausblick
Unsere Grossfeld-B-Teams werden unter dem Begriff «Breitensport» zusammengefasst. In der Praxis streben jedoch eine Mischung aus Breiten- und Leistungssport an. Einerseits haben wir den Anspruch, ein Sprungbrett zu den A-Teams zu sein, und andererseits ist dies auch der Anspruch der Leistungsstufe B. Reine Breitensportmannschaften spielen auf der Stufe C. urm



U14B GELB

Spuckkreis ohne Spucken

Als Teamritual bildeten wir als U14B gelb vor den Meisterschaftsspielen jeweils einen Spuckkreis, um uns gegenseitig zu motivieren. Dabei rief jeder Spieler seinen Namen, gefolgt von einem kollektiven «go».
Diese gegenseitige Unterstützung spiegelte sich in unserer Saison wider. Die Jungs trainierten sehr gut, machten grosse individuelle Fortschritte und spielten insbesondere in den Trainingsspielen, unter anderem gegen U14A-Teams, absolut auf Augenhöhe. In der Meisterschaft landeten wir wegen einiger knapper Niederlagen im hinteren Mittelfeld.
Die Saison 2023/24 kann deshalb wie folgt zusammengefasst werden: Ein «geiles» Team mit Spuckkreis ohne Spucken und grosse Fortschritte ohne resultatmässige Manifestation. luw



U14B ROT

Erfolgreiche Saison

Abpfiff. Die reguläre Saison 2023/24 ist beendet. Als Vorrundensieger spielten wir in der Masterround und beendeten die Meisterschaft als Gruppenzweiter. Dazu gesellt sich noch ein zweiter Platz am Pumas Cup 2023. Herzliche Gratulation an unsere Jungs für ihr riesiges Engagement und ihre ausgezeichnete Spielkultur. Und vielen Dank an die Eltern und Verwandten, die uns an den Runden stets lautstark unterstützten. bee

U18B

Nichts ist so beständig wie der Wandel

Die Saison ist vorbei. Aus den einst so quirligen Jungs sind junge Erwachsene geworden. Einige Spieler werden das Team altershalber verlassen, bei anderen Spielern verschieben sich die Prioritäten und sie verfolgen neue Ideen und Freundschaften. Viele Spieler bleiben. Der langjährige Cheftrainer, der sie einst mit unermüdlicher Geduld zum Siegen geführt hat und auch den Aufstieg in die U18b erreicht hat, tritt ab. Ein Abschied schmerzt, aber auch ein Neubeginn liegt in der Luft. Ein neuer Cheftrainer, neue Strategien, neue Herausforderungen.
Der Wandel ist Teil des Spiels, sowohl auf dem Platz als auch im Leben. Und manchmal ist es gerade der Abschied vom Vertrauten, der den Weg für neue, aufregende Erfahrungen frei macht. urh

D-JUNIOREN

Gipfeltreffen

«Gipfeltreffen», so nennt sich das Turnier, welches der HCR als Saisonabschluss der D-Junioren organisiert. Insgesamt 14 Spitzenteams der ganzen Schweiz wurden für den krönenden Abschluss der D-Junioren nach Winterthur in die AXA Arena eingeladen. Die Junioren schenkten sich auch bei den letzten Spielen der Saison nichts – viele Emotionen und sportliche Top-Leistungen prägten das diesjährige Turnier. Der HCR gratuliert Jona-Uznach zum Turniersieg. Auf dem zweiten Platz reihte sich der HCR (Team rot) ein und Meilen Uetikon holte sich den dritten Platz. Der HCR bedankt sich bei allen Beteiligten für die gelungene Organisation des Gipfeltreffens. kra



JUNIOREN

Im Osten nichts Neues

Langsam sind die Früchte der jahrelangen Aufbauarbeit zu sehen. In allen Mannschaften können wir eine gewissen Konstanz an Leistung, Personal und Freude vorweisen. Nicht zuletzt dank dem Engagement von sehr vielen freiwilligen Helfenden.

Rückblickend gibt es wenig Neues zu berichten. Unsere vier E- und vier D-Mannschaften haben bald eine weitere erfolgreiche Saison hinter sich. Ihre Leistungen sind durchwegs konstant und machen Freude. Auch auf die Trainerteams trifft dies zu, was für die wichtige Kontinuität in den Mannschaften sorgt. Die Aufbauarbeit der letzten Jahre zahlt sich aus und wir sind stolz auf all die motivierten Kinder, die mit Spass und Ehrgeiz ihren Sport betreiben. Das Schnupperunihockey für unsere Jüngsten läuft ebenfalls gut und viele der Jungs freuen sich, schon bald bei den «Grossen» in der Unihockeyschule mitzuspielen.

Nicht wie erhofft
Der Versuch der neuen «Liga» D+ hatte leider nicht den erhofften Effekt. Die zugrundeliegende Idee war, Turniere für die stärkeren D-Mannschaften zu veranstalten, damit diese auf ebenbürtige Gegner treffen, was der Weiterentwicklung förderlich wäre. Die Mannschaften waren durch D+ mit mehr Unihockey-Wochenenden besetzt, doch leider trafen sie zu selten auf Gegner, mit denen sie sich auf Augenhöhe begegneten. Spielfreie Wochenenden, die auch mal für ein internes Turnier oder einen Spielhalbtag genutzt werden konnten, kamen dafür etwas zu kurz.

Ausblick auf die Highlights
Was jetzt noch ansteht, sind die E-Masters in Langenthal, an denen wir dieses Jahr zum ersten Mal teilnehmen werden, und auf der Stufe der D-Junioren das Gipfeltreffen in Winterthur sowie die D-Masters in Langenthal. Der krönende Abschluss für die zahlreichen Mitglieder des Grossfeldteams U12, dem viele Jungs und Mädchen aus diversen Vereinen rund um Winterthur angehören, wird auch dieses Jahr das La Saga-Turnier im Tessin sein.

Einen grossen Dank geht wie immer an all die engagierten Trainer:innen, Teammanager:innen und Helfer:innen. Ohne euch wäre das alles gar nicht möglich. mal

BREITENSPORT

Von Höhen, Tiefen und Herausforderungen

3. Liga: Konkurrenzfähig, aber ...
Unser Team startete mit einem breiteren Kader als im Vorjahr in die Saison. In den sieben Runden der Hinrunde mussten wir uns mit bloss zwei Siegen zufrieden geben. Wir konnten allerdings zeigen, dass wir fähig sind, mit allen Teams mitzuhalten. Dementsprechend war unser Ziel, an die erfolgreiche Rückrunde des Vorjahres anzuknüpfen, in der wir sechs Spiele gewonnen hatten. Leider gelangen uns lediglich drei weiterer Siege, wodurch wir auf dem sechsten Platz landeten.

Als Höhepunkt bleibt das letzte Spiel in Erinnerung, in dem wir gegen Innenbandy Zürich dank einer beeindruckenden Aufholjagd einen Viertorerückstand wettmachten und das Spiel in der Verlängerung noch für uns entscheiden konnten.

HCR-Alumni: Der nächste Aufstieg
Eine fast perfekte Saison geht zu Ende. Auch im zweiten Jahr unseres Bestehens steigen wir ungeschlagen in die nächsthöhere Liga auf. Künftig messen wir uns in der 3. Liga mit neuen Teams und gehen neue Herausforderungen an.

Im Cup waren wir halbwegs erfolgreich. Dank viel Glück, Können und Kaltblütigkeit konnten wir uns bis ins Achtelfinal durchwursteln, wo wir gegen Köniz die Segel streichen mussten.

Das Team wurde vereinzelt mit alten Hasen und jungen Rehen verstärkt. Der Stamm an Spielern blieb aber mehr oder weniger gleich und so konnten wir nach zwei Jahren anfangen, uns als Team einzuspielen.

Wir wollen uns auf diesem Weg bei allen gegnerischen Teams für die fairen Spiele und vor allem beim Verein für die Unterstützung bedanken.

P.S. Für die Statistik-Interessierten unter euch: Unsere Trainingspräsenz hielt sich stabil auf einem Prozent. Frei nach dem Motto: «Nur nöd zviel mache».

UhfO: Fit bleiben und gesellig sein
Alle Ü65, die fit und beweglich bleiben wollen und Freude am Spielen und Zusammensein haben, sind bei den UhfO herzlich willkommen. Ausserhalb der Schulferien trafen wir uns jeden Mittwoch zum Unihockey und liessen den Abend oft in der Pizzeria ausklingen. Im Spätherbst feierten wir unser fünfjähriges Bestehen und blicken voller Hoffnung auf die nächsten Jahre mit weiteren Trainingserfolgen.

Plausch: Alles beim Alten - oder doch nicht?
Freitagabend, Talhofweg. Umziehen um 20:40, Spielbeginn um 21:00 Uhr, nach dem Training Wurst und Bier im Hirschen. Zwei Neue sind diese Saison für ins Tor dazugestossen. Die eine erhöht die Frauenquote, der andere ist auch als Feldspieler einsetzbar. Soweit also alles wie gehabt.

Doch einmal im Jahr ist nichts wie sonst. Nämlich dann, wenn die Nummer 20 aus der ersten Mannschaft dafür sorgt, dass die alten Herren ungeahnte Fähigkeiten entwickeln ... flo



UHFO

Nicht mehr ganz jung, aber voll dabei

Bei den UhfO geht es bekanntlich zuerst um den Erhalt der Fitness und der Beweglichkeit. Auch Gesellschaftliches soll nicht zu kurz kommen. Am 6. März liessen wir das Training ausfallen und unterstützten unser «1» beim zweiten Playoffspiel. Zwei als Helfer, acht als Zuschauer. Zum Glück war es ein Erfolg! Lessons learned: Das Grossfeld wäre für uns definitiv zu gross, und: Never give up! rop



3. LIGA

Der «Bueb» bei den Grossen

Nach dem Abgang des ehemaligen NLB-Goalies Philipp Kägi suchten das Herren II anfangs letzter Saison einen neuen Torhüter. Fündig wurden sie in der U16B-Mannschaft: Der erst 15-jährige (!) Gabriel Voll stiess zu den «alten» 3. Liga-Herren. Der «Bueb» schaffte es im Nu, sich bei den Grossen zu beweisen, und wurde im Lauf der Saison immer stärker. Heute ist Gäbe ein unverzichtbarer Rückhalt für das Team. jas

PLAUSCH

Playoffmodus

Da stehen sie wieder vor der Halle. Sie reden über Taktik und clevere Spielzüge, wissen, wie man Thurgau aus den Playoffs hätte werfen sollen, welche Spieler in die Startaufstellung gehört hätten, wie man den Torhüter von FBTG düpieren könnte – und gehen dann in die Halle und treffen den Ball leidlich und das Tor mehr schlecht als recht. Playoff-Zeit und alte Krieger eben. weh









VEREIN

Fokussierung auf die Nachwuchsarbeit

Der HC Rychenberg verstärkt seine Nachwuchsarbeit mit der Verpflichtung des finnischen Trainers Tero Kotilainen. In den U18A-, U16A- und U14A-Trainerteams herrscht derweil Kontinuität.

Auf die kommende Spielzeit verpflichtet der HC Rychenberg Tero Kotilainen. Der 47-jährige Finne ist aktuell Cheftrainer bei Happee in der höchsten finnischen Liga und ist gleichzeitig Ausbildungsverantwortlicher des Clubs aus Jyväskylä. Nach bald acht Jahren bei Happee will sich Kotilainen einer neuen Herausforderung stellen und sich im Ausland persönlich weiterentwickeln.

Kotilainen unterzeichnete einen Zweijahresvertrag und wird die Stelle per 1. Juni beim Winterthurer Traditionsverein antreten. Er wird als Cheftrainer die Leitung der U21A-Mannschaft übernehmen. Als Bindeglied zwischen Nachwuchs und erster Mannschaft wird er zudem die Rolle eines Assistenten im Prime League-Team übernehmen. Darüber hinaus wird Kotilainen auf allen Nachwuchsstufen als «Head of Coaching» für die Weiterentwicklung der Ausbildung verantwortlich zeichnen und in dieser neu implementierten Funktion eng mit den Trainerteams zusammenarbeiten.

Kotilainen verfügt über langjährige Trainererfahrung auf höchstem Niveau. Nicht nur im Unihockey, sondern auch in anderen Sportarten wie Eishockey oder Fussball. Sein abgeschlossenes Sportlehrerstudium sowie Weiterbildungen im Bereich der Psychologie ergänzen sein Coaching-Profil. Er gilt als offene Persönlichkeit und sehr guter Kommunikator, der mit viel Leidenschaft die jungen Spieler weiterentwickeln wird.

Wir freuen uns sehr, dass Kotilainen sich entschied, den HC Rychenberg im wichtigen Nachwuchsbereich substanziell zu verstärken und die Professionalisierung voranzutreiben. Wir heissen ihn bereits heute in der HCR-Familie herzlich willkommen: «Lämmin vastaanotto Tero!»

Mit Tero Kotilainen bekommt die U21-Mannschaft eine neue sportliche Leitung. Assistiert wird Kotilainen von den bisherigen Trainern Daniel Steinert, André Meier und Aaron Flütsch.

Kontinuität bei den U18A-, U16A- und U14A-Junioren

Auf der Stufe U18A zeichnet weiterhin Dominic Graber für die Mannschaft verantwortlich. Assistiert wird er wie bisher von Daniel Gafner und Raphi Mahler. Den Staff komplettiert Jonas Grunder.

Beständigkeit gibt es nach wie vor auch im U16A-Trainerstab. Der Lead bleibt in den Händen von Martin Oesch. Unterstützt wird er wie seit Längerem von seinen Assistenten Samuel Thommen und René Bachmann sowie von Torwarttrainer Simon Meier.

Auf der Stufe U14A hat Christian Furrer wie im Vorjahr die Leitung. Johan Salomonsson assistiert ihn weiterhin. Verstärkt wird das Trainerduo durch Stephan Baltisberger, Yannick Meier und Stefan Muggli.

Die Nachwuchsabteilung derweil verlassen haben Marco Arpagaus und Franziska Furrer (U16A) sowie Jonas Lutz, Mats Lehner, Roman Komminoth und Christoph Ernst (U14A). Der HC Rychenberg bedankt sich bei allen abtretenden Trainern für ihr grosse Engagement für unseren Nachwuchs. Alle neuen Trainer heissen wir herzlich willkommen. kra



VEREIN

Mentoring-Programm lanciert

Der HC Rychenberg lancierte in der abgelaufenen Saison ein Mentoring-Programm im Nachwuchsbereich. In einer ersten Versuchsphase wurden Nachwuchsspieler von Nationalspieler Nicola Bischofberger individuell unterstützt und gefördert.

Mentoring ist ein Instrument zur Persönlichkeitsentwicklung, das besonders in Unternehmen oft angewandt wird. Dabei handelt es sich um eine Art Patenschaft eines erfahrenen Mentors, der fachliches Wissen und seine Erfahrung an eine noch unerfahrenere Person weitergibt. Beim HCR soll dieser Austausch zwischen gestandenen Nationalligaspielern und interessierten Nachwuchsathleten vermehrt gefördert werden.



«Mit Nicola Bischofberger haben wir einen Athleten in unseren Reihen, der über einen enormen Erfahrungsschatz im Unihockeysport verfügt», sagt Mario Kradolfer. «Dazu hat er grosses Interesse an unserer Nachwuchsarbeit und war von der Idee, als Mentor zu fungieren, von Beginn an begeistert. Interessierte Nachwuchsspieler sollen besonders in Sachen Athleten-‹Mindset› von Bischis Erfahrungen profitieren können.»

Dreizehn Interessenten

Mit dem Mentoring-Programm verfolgt der HCR mehrere Ziele: Zum einen den Transfer von Wissen und «Soft Skills», zum anderen die individuelle sportliche und persönliche Entwicklung und nicht zuletzt auch die Stärkung der Motivation, des Selbstvertrauens und der Organisationskultur.

Die Idee und das Projekt wurden den U18A- und U21A-Spielern vorgestellt und im Anschluss konnten sich interessierte Spieler mit einem kleinen Motivationsschreiben dafür bewerben. Dreizehn Spieler gaben ihr «Commitment» dazu und tauschten sich in regelmässigen Abständen über Trainingsplanung, Belastungssteuerung, Zielsetzung und Wettkampfvorbereitung mit Bischofberger aus. «Es freut mich riesig, dass sich so viele Spieler bei mir gemeldet haben, um einen Zusatzaufwand zu betreiben. Zudem macht es auch mir mega Spass, mich mit den Nachwuchsathleten austauschen zu dürfen und ihnen das eine oder andere von meiner Erfahrung mit auf den Weg zu geben», sagt Bischi zum Start des Programms. Im persönlichen Austausch thematisierte er Fortschritte, gab Feedbacks zu Spielen und schulte in der Reflexion der eigenen Leistungen.

Das Mentoring-Programm soll die individuelle Betreuung der Nachwuchsathleten beim HC Rychenberg weiter stärken. Es ist ein freiwilliges Angebot, was Bischofberger wichtig ist: «Ich halte es für zentral, dass die Spieler aus intrinsischer Motivation an diesem Programm teilnehmen und es keine Pflicht ist. Nur so können wir gemeinsam Fortschritte erzielen.» Im Mai wird das Programm einer Analyse unterzogen werden, zusammen mit den Athleten, Trainern und Mentoren. Erst danach wird entschieden werden, wie es mit dem Mentoring weiter gehen wird. kra

VEREIN

Tagebuch aus dem Ausland

Nach jeweils einem Jahr in Schweden beziehungsweise Tschechien brechen Tim Aeschimann und Daniel Keller ihre Zelt im Ausland wieder ab und kehren in die Schweiz zurück.

Tim Aeschimann
Das Jahr begann mit einem Umzug von Stockholm nach Strängnäs, nachdem ich mein Semester am Karolinska Institut abgeschlossen hatte. Dieser Schritt ersparte mir viel Reisezeit, da mein kleines Häuschen im Garten nur etwa zwei Minuten von der Halle entfernt liegt. Ausserdem hatte ich Besuch aus der Schweiz, denn Familie und Freunde kamen nach Strängnäs gereist. Mein Bruder Noah konnte sogar zwei Wochen bleiben und von Schweden aus im Homeoffice arbeiten.

Meine Tage beginnen früh mit Arbeit oder Studium, gefolgt von einem Fitnessbesuch um 11 Uhr, wo ich entweder trainiere oder mich regeneriere. Mittags treffe ich mich oft mit einem Teamkollegen zum Essen, bevor ich am Nachmittag wieder an die Arbeit gehe. Abends steht dann das Training auf dem Programm.

Mein Vermieter Johnny ist nicht nur ein guter Vermieter, sondern auch ein talentierter Padel-Spieler. Obwohl ich gegen seine jahrelange Erfahrung kaum eine Chance habe, geniesse ich es, mit ihm zu spielen. Ein besonders aufregendes Erlebnis war es, an einem Dienstagmorgen auf einem gefrorenen See Schlittschuh zu laufen.

Anfang Februar unternahm ich mit Freunden von der Universität und einem Mitspieler eine Reise nach Kiruna, in der Hoffnung, die Nordlichter zu sehen. Obwohl wir sie leider nicht richtig sehen konnten, war es dennoch eine unvergessliche Reise, bei der wir auch Hundeschlitten und Snowmobile fuhren. Zudem sind wir mit den gemieteten Autos nach Narvik gefahren. Eine sehr schöne norwegische Stadt am Meer.

Mit dem Frühling kommt auch die Möglichkeit, bei schönem Wetter mit meinen Teamkollegen Golf zu spielen oder auch schwedischen Fussball zu schauen. Sportlich läuft es uns gut. In der ersten Playoffrunde konnten wir uns gegen den Erstplatzierten Hovslätt durchsetzen und spielen nun um den Aufstieg in die SSL gegen Dalen. tia

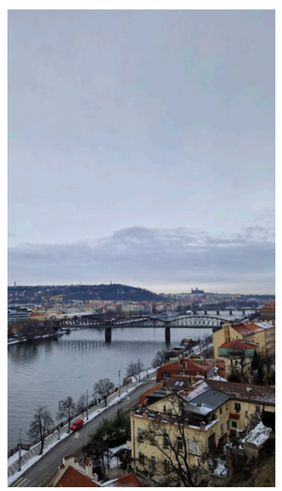












Daniel Keller
Seit gut einem Monat bin ich wieder zurück in der Schweiz und ich kann sagen, ich vermisse Prag bereits sehr. Ich traf Freunde fürs Leben, sammelte einmalige Erinnerungen und trank nicht zuletzt Bier für zwei Franken im Restaurant.

In meinem dritten und letzten Teil meines Prag-Abenteuers sehe ich mich natürlich gezwungen, euch noch einen Insider-Tipp mitzugeben. Zu Beginn möchte ich aber allen, speziell Junioren, die eventuell einen Zwischenschritt auf dem Weg in die NLA suchen, eine solche Erfahrung, wie ich sie in Prag machte, ans Herz legen.

Ich denke, dass ich in Prag nicht nur aufs Unihockey bezogen, sondern auch sonst fürs Leben viel lernen konnte. Die nicht allzu grosse Distanz zur Schweiz und die sehr attraktive Liga wären für jeden eine positive Erfahrung. Da bin ich mir sicher. Sollte sich jemand einen Wechsel nach Tschechien konkret überlegen, bin ich jederzeit gerne bereit, diesem die Erfahrung noch ein wenig näher zu bringen und gegebenenfalls auch den Kontakt zu Teams aufzubauen.

Damit aber nicht nur Junioren etwas von meiner Erfahrung haben, möchte ich all jenen noch drei absolute Geheimtipps auf den Weg geben, die in Zukunft mal in der «goldenen Stadt» landen:

1. Vyšehrad: Burg mit schöner Aussicht und einem riesigen Park drumherum.
2. Riegrovy Sady: Der wohl schönste Sonnenuntergang, den ich je sah. Nur bei schönem Wetter zu empfehlen.
3. Náplavka: Für alle, die gerne auf einen gemütlichen Drink gehen. Direkt am Fluss, besonders am Abend eine tolle Stimmung.

In diesem Sinne, bis bald dak





VEREIN

Was macht eigentlich Lukas Grunder?

Eine erfolgreiche Zeit als NLA-Captain beim HCR ist vorbei. Was war dein bewegendster, schönster und was dein schlimmster Moment in deiner Karriere beim HCR?
Schöne Momente hat es zum Glück viele gegeben. Da den einen herauszusuchen, ist wirklich schwierig. Ich denke aber gerne an erfolgreiche Playoff-Kampagnen zurück. Wie wir als Mannschaft jeweils zusammenwuchsen und wozu wir am Schluss fähig waren, ist absolut beeindruckend. Solche Dynamiken lassen sich ausserhalb der Sportwelt nur sehr schwer reproduzieren. Der wohl schlimmste Moment war die Niederlage im Cupfinal 2017 nach einer 6:1-Führung. Daran hatte ich doch einige Zeit zu knabbern.

Welche Projekte verfolgst du aktuell und was nimmst du an Erfahrungen mit aus deiner Aktivzeit?
Neben der Familienplanung steht da tatsächlich ein zweites grosses Projekt vor der Tür. Ab August 2024 eröffne ich zusammen mit Lehrerkolleg:innen die Sportschule Winterthur. Wir begleiten und unterstützen Jugendliche der Sekundarstufe auf ihrem Weg in den Leistungssport, ohne dabei die schulische Ausbildung zu vernachlässigen. Durch meine lange Aktivzeit beim HCR kann ich da enorm von meinem Erfahrungsschatz profitieren.

Gibt es ein Leben ohne HCR?
Ja, das gibt es durchaus. Gerade mit einer jungen Familie rückt der Fokus in eine andere Richtung. Aber natürlich bin ich dem HCR weiterhin verbunden und unterstütze ihn gerne. Sei es als Kommentator im Livestream oder als stiller Helfer im Hintergrund. So gesehen kann ich es nicht ohne den HCR.

Mit wem würdest du gerne mal (wieder) trainieren?
Mit Felix Buff und Benjamin Borth, obwohl mittlerweile beide deutlich besser austrainiert sind als ich.

Welcher HCR-Moment aus der vergangenen Zeit bringt dich noch heute zum Schmunzeln?
In einer so langen Zeit ergeben sich viele witzige Anekdoten, die mich auch heute noch zum Schmunzeln bringen. Das Schöne daran ist, dass diese immer, wenn ich einen ehemaligen Weggefährten treffe, wieder hoch kommen und wir in den Erinnerungen schwelgen. Das geniesse ich sehr.

Würdest du rückblickend wieder eine Karriere im Spitzensport anstreben?
Absolut. Der Verzicht erscheint auf den ersten Blick gross, insbesondere in jungen Jahren. Aber die Freundschaften, das Teamleben und auch der Spitzensport als Lebensschule gleichen das bei Weitem wieder aus.

Was hat sich in den letzten Jahren aus deiner Sicht im Unihockey verändert?
Schon nur seit meinem Rücktritt im 2020 hat das Unihockey noch einmal einen riesigen Schritt gemacht. Die Strukturen werden stetig angepasst und das Spiel ist noch einmal schneller geworden. Ich erinnere mich daran, dass wir in meiner ersten NLA-Saison bloss drei Mannschaftstrainings hatten. Heute sind die Jungs mindestens doppelt so häufig im Training.





Steckbrief Lukas Grunder

Aktivzeit beim HCR:	von 2007 bis 2020
Position/Trikotnummer:	Center, #13
Alter:	34
Grösse:	172 cm
Wohnort:	Winterthur
Beruf:	Sekundarlehrperson
Familie:	verheiratet, 1 Kind
Aktueller Verein:	UHC Elgg

Wo wirfst du im Unihockey-Leistungssport einen kritischen Blick hin?
Die rasante Entwicklung bringt auch einige Schwierigkeiten mit sich. Es wird schon lange davon gesprochen, aber mittlerweile sehe ich das Unihockey auch an der schwierigen Schwelle in Richtung (Halb-) Profisport. Als Verband und als Verein hier den richtigen Mix zu finden, ist enorm anspruchsvoll. cos

20’468

Zuschauende in der Saison 23/24

Zuschauerzahlen

Der HC Rychenberg konnte erneut mit Abstand die grösste Masse zum Matchbesuch mobilisieren. Über die 11 Qualifikations- und 3 Playoffspiele durften wir insgesamt über 20’000 Besucherinnen und Besucher in der AXA Arena begrüssen. Das sind im Schnitt 1’462 Zuschauende.

Auch im internationalen Vergleich stehen wir damit bestens da. Einzig das schwedische Storvreta übertrifft uns mit durchschnittlich 1’549 Zuschauenden noch. Die Zahlen anderer schwedischer Spitzenteams wie Falun (1’424), Kalmarsund (1’023) oder Växjö (994) übertreffen wir teilweise bereits deutlich. Auch in der finnischen und tschechischen Liga kommt kein Team auf einen derart hohen Wert.

Wir sind stolz und freuen uns bereits, die nächste Saison mit euch in Angriff nehmen zu dürfen! Ganz herzlichen Dank für die grosse Unterstützung.

DAS NLA-INSIDER-INTERVIEW

Ziemlich beste Freunde

Philipp Purkert, welcher deiner HCR-Kollegen ...

... hat Potential, dir in deinem Job als Physiotherapeut Tipps und Tricks zu verraten und wen könntest du höchstens zum Physioliege desinfizieren engagieren?
Also das ist ganz klar Nick Schüpbach. Er hat ja immer sehr, sehr wilde Ideen (für alle Lebenslagen). Man könnte so weit gehen und sagen, dass er mich quasi coacht.
Für den zweiten Teil der Frage muss ich sagen, dass es da sehr viele Bewerber gibt. Marco Eyer sticht aber raus. Er war zwar sehr oft in der Physio und ist immer vorbildlich, aber letztlich muss man sagen, dass wohl das Desinfizieren der Liege seine Kernkompetenz in der Physio wird.

... hat die unglaublichste Geschichte, die du uns ausplaudern könntest?
Also die unglaublichste Geschichte die ich von einem Spieler gehört habe (dieser soll anonym bleiben) ist folgende: Besagter Spieler bekommt von seiner Freundin die Aufgabe, die Fenster zu putzen, während sie eine Woche weg ist. Am letzten Tag fällt es ihm wieder ein, aber da er sehr faul ist, bestellt er lieber ein Putzunternehmen für 700 Franken und liegt auf der Couch und schaut zu, wie geputzt wird.

... hat eine der weltweit erstaunlichsten Marotten und welche?
Da gibt es nur EINEN und das muss Noah Püntener sein. Er hat ja nicht nur eine Marotte, sondern einen ganze Unihockeytasche voll davon! Es geht los beim Eincremen der Beine. Die meisten Sportler machen das ja selbst, Noah hingegen hat dafür immer einen Extra-Spot bei uns reserviert. Darüber hinaus ist es Noah sehr wichtig, dass wir Senf für ihn dabeihaben und es ihm geben, sobald das Kommando «Chrigu, Senf» kommt. Die Aufzählung könnte noch sehr viel weiter gehen, aber es soll ja auch ein bisschen ein Mysterium bleiben.

... nimmst du mit ins Dschungel-Camp und was macht ihn zum Survivor?
Mmm. Ich denke, da muss ich Levin mitnehmen. Ich weiss gar nicht warum, aber ich glaube, der Junge kann sehr viel und hat Geduld für viele Prüfungen. Und wenn jemand Würmer essen würde um zu gewinnen, dann ist das, glaube ich, Levin.

... wäre als nächster Kandidat für dieses Interview besonders geeignet und warum?
Vielleicht wäre es an der Zeit für ein Interview mit



dem zweiten Brüderpaar im HCR-NLA-Team und deshalb würde ich gerne die beiden Graf-Brüder vorschlagen. cos

VEREINSTERMINE

Samstag, 22. Juni 2024
VEREINSTAG / GENERALVERSAMMLUNG
AXA Arena

Samstag, 17. & Sonntag, 18. August 2024
VORBEREITUNGSTURNIERE D-JUNIOREN / BREITENSPORT GF-TEAMS
AXA Arena

Dienstag, 20. August 2024
FOTOSHOOTING 2024
AXA Arena

Samstag, 24. & Sonntag, 25. August 2024
VORBEREITUNGSTURNIER U18A
Oberseen

31. August & 1. September 2024
SUPERCUP 2024
Saalsporthalle Zürich

Freitag, 6. bis Sonntag, 8. September 2024
EURO FLOORBALL TOUR 2024
AXA Arena

Samstag, 14. September 2024
SAISONSTART 2024/25

Montag, 14. bis Freitag, 18. Oktober 2024
KIDS-CAMP 2024
AXA Arena, Oberseen
Anmeldung: www.hcrychenberg.ch/kidscamp
(Teilnehmerzahl ist beschränkt.)

Saisonabschluss

Bis zum offiziellen Trainingsende Ende April versuchte sich unser UPL-Team traditionell auch in verschiedenen anderen Sportarten, wie zum Beispiel Eishockey.





Weltklasse in Winterthur

Vom 6.-8. September 2024 spielen die besten Unihockey-Nationen der Welt in Winterthur gegeneinander. Anlässlich der Euro Floorball Tour (EFT) in der AXA Arena trifft das Männer-Nationalteam der Schweiz wenige Monate vor der WM auf Schweden, Finnland und Tschechien.

Der HC Rychenberg Winterthur steht wie an der Heim-WM 2022 als Organisator im Einsatz. Während drei Tagen werden insgesamt sechs Unihockeyspiele mit den besten Spielern der Welt durchgeführt. Um für die EFT personelle Ressourcen zu schonen, verzichtet der HCR auf die Durchführung eines eigenen Vorbereitungsturniers im August.

Wir freuen uns, die Unihockey-Welt erneut in Winterthur zu begrüssen. **Tickets für den EFT in Winterthur gibt es via www.ticketmaster.ch.**

