

Synchronized Skating



Was ist Synchronized Skating

Das Synchronized Skating (SYS) ist ein Eislaufsport, bei dem ein Team aus 12 - 16 Läufer/innen verschiedene Schrittfolgen und Figuren in wechselnden Formationen zu ausgewählter Musik vorführt. Die Synchronität sowie die Präzision der Schritte und Bewegungen, der technische Schwierigkeitsgrad, der künstlerische Ausdruck und die Harmonie des Teams sind die wesentlichen Qualitätsmerkmale dieser modernen Sportart. Sprünge, Pirouetten und Hebefiguren sind auch Teil des Kürprogramms.

Das Novice SYS - Team des SC Bern trainiert 2x wöchentlich im Team. Viele der Teamläuferinnen besuchen noch die Laufschule und/oder einen Sterntestkurs. Die Nachwuchs - Läuferinnen sind zwischen 10 und 15 Jahre alt.

Das ältere SYS - Team des SC Bern läuft in der Kategorie „Mixed Age“ Hier wird 1x wöchentlich im Team trainiert. Die jüngeren Läuferinnen laufen zum Teil auch bei den Novice mit. Die Läuferinnen sind zwischen 13 und 25 Jahre alt.

Beide Teams nehmen an Schaulaufen und internationalen Wettkämpfen teil.

Mind. - Anforderungen als SYS - Läuferin / SYS - Läufer vom SC Bern:

- 3.* - Test für das Novice – Team
- 4.* - Test für das Mixed Age - Team
- Teamfähigkeit
- Orientierungsfähigkeit
- Ausgeprägtes Rhythmus- und Taktgefühl
- Gutes Vorstellungsvermögen

