

DIE NOMINIERTEN

Kategorie Sportler/in

Team UHC Wasa Frauen Unihockey

VEREIN	UHC Waldkirch-St. Gallen
PRÄSIDENT	Thomas Eberle
TEAM	24 Feldspielerinnen, 2 Torhüterinnen
STAFF	Head Coach: Yannik Martin, Assistenz Coaches: Matthias Ramp und Marcel Looser

i SPORTLICHE LAUFBAHN

2022	NLB Meister und Aufstieg in Nationalliga A
2021	NLB Saisonabbruch
2018	Abstieg in Nationalliga B
2017	Erstmaliger Aufstieg in Nationalliga A
2009	Nationalliga B Meister
2006	Aufstieg in Nationalliga B
2004	Abstieg in 1. Liga
1998	NLB (damals noch in zwei Gruppen aufgeteilt)
1997	Fusion aus UHC St. Gallen und TSV Waldkirch

i TRAININGSSITUATION

Wir trainieren drei Mal wöchentlich gemeinsam im Team unter der Leitung von Yannik Martin, Matthias Ramp und Marcel Looser. Während der Saisonvorbereitung im Sommer absolvieren wir zwei zusätzliche individuelle Trainingseinheiten, um an persönlichen Schwachstellen zu arbeiten. Im Sommertraining liegt der Schwerpunkt im physischen Bereich. Es werden hauptsächlich die Komponenten Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination und Kraft trainiert. So sind wir für die bevorstehende Saison auf einem hohen physischen Level. Umso näher die Saison rückt, desto häufiger trainieren wir mit Stock und Ball. Im Unihockeytraining liegt der Schwerpunkt auf dem technischen Können sowie auf der Spielstrategie. Während der Saison, welche vom September bis circa April dauert, bestreiten wir in der Regel ein bis zwei Spiele pro Woche.

i ERFOLGE

2022	Meister und Aufstieg in Nationalliga A
2017	St. Galler Sportpreis
2017	Erstmaliger Aufstieg in Nationalliga A
2009	Nationalliga B Meister

