



Eislaufen im Verein macht Spaß . . .

Werden Sie und / oder Ihr
Kind Mitglied im Neusser
Schlittschuh-Klub e.V. - NSK

Wir bieten:

- Eislaufschule für Groß & Klein während der öffentl. Laufzeit der Neusser Eissporthalle
- Spezielle Eislaufschule für Kindergärten
- Kooperationen und Eislaufkurse mit und für die Träger der Offenen Ganztagschulen (OGS)
- Eislaufen im Verein für Kinder
- Breitensport mit zertifizierten Trainern für Kleinkinder, Schüler & Jugendliche
- Leistungssport für Eistanzen & Eiskunstlaufen
*mit Teilnahme an regionalen NRW-Wettbewerben,
NRW-Landesmeisterschaften, Deutschen Meisterschaften
und internationalen Wettbewerben u. Grand-Prix's*
- Synchron-Eiskunstlaufen in der Formation
- Erwachsenen-Eislaufen (abends)
- Eisstock-Schießen (abends)
- Bandy-Spielen (abends)

*Schlittschuhlaufen ist ein
wundervoller Sport für Groß & Klein!*

**Im Neusser Südpark, in Neuss-Reuschen-
berg, haben wir seit über 35 Jahren eine der
schönsten Eissporthallen in NRW.**

**Der Neusser Schlittschuh-Klub e.V. - NSK -
bietet hier allen Alters- und Leistungsstufen
die Möglichkeit unter Aufsicht und
Anleitung von erfahrenen Eiskunstlauf-
trainern und Fach-Übungsleitern das Eis-
laufen zu erlernen und zu trainieren.**

*Jeder findet beim NSK „seinen“ Platz:
Ob kleine Kinder die ersten Versuche auf
dem Eis starten, Jugendliche einfach Spaß
am Eislaufen haben, Erwachsene wieder
mit dem Eislaufen anfangen wollen oder
wenn man Eislaufen oder Eistanzen auf
höchstem internationalen Niveau als
Leistungssport betreiben möchte.*

Wussten Sie:

*Eislaufen ist für Menschen mit Beschwerden
der Atemwege besonders geeignet*

*Es ist noch nicht lange her, dass man annahm, Asthma-
tiker und Allergiker sollten körperliche Anstrengung und
Sport vermeiden. Dies ist auch leider heute noch eine oft
geäußerte (falsche) Meinung. Die Wissenschaft hat dies
mehrfach widerlegt, heute weiß man: Sport ist für Asthma-
tiker sogar sehr gesund. Seit Jahren empfehlen viele
Mediziner, sich bei Beschwerden mit den Atemwegen
speziell in der kühlen Luft von Eissporthallen sportlich zu
betätigen. Menschen mit chronischen Atemwegser-
krankungen und Allergiker sollten vor allem im Herbst, im
Winter und im Frühjahr darauf achten, dass sie ihre
Abwehrkräfte und die Schleimhäute fit halten. Ganz
besonders die trockene Heizungsluft, ein hohes allg. Infek-
tionsrisiko, wenn alles um einen herum schneift und hustet,
und mangelnde Bewegung können die Atemwege sehr
belasten. Der Eislaufen sport verbessert da nicht nur das
Allgemeinbefinden, sondern kurbelt auch die körpereigene
Abwehr an. Geschlossene Eissporthallen sind zudem auch
meist frei von schädlichen Luftpartikeln, unter denen Aller-
giker leiden und deshalb ideal für sportliche Aktivitäten. Die
"Deutsche Atemwegsliga" z.B. empfiehlt daher explizit den
Eislaufen sport!*

Eislaufen lernen in der öffentl.

Laufzeit der Neusser Eissporthalle

In der öffentlichen Laufzeit der Neusser Eissporthalle – **samstags von 11:30 - 13:30 Uhr** und **sonntags von 10:00 - 12:00 Uhr** – kann man von erfahrenen NSK-Eiskunstlauf-Übungsleitern und -Trainern auf einer abgetrennten Eisfläche die Grundbegriffe des Eislaufens erlernen (Schlittschuhe können in der Eissporthalle ausgeliehen werden).

Einfach einmal vorbeikommen und mitmachen !

Eislaufschule für Kindergärten

Dienstags und **donnerstags von 9:00 - 10:00 Uhr** bietet der NSK Kindergärten aus dem Rhein-Kreis Neuss die Möglichkeit, dass Kindergartengruppen das Schlittschuhlaufen richtig erlernen können. Der NSK stellt hierzu kostenlos qualifizierte Übungsleiter. Schlittschuhe können ausgeliehen werden. Bitte Handschuhe und einen Fahrradhelm mitbringen. Kindergärten können per E-Mail (info@NSK-Neuss.de) oder telefonisch (02131/466666) Reservierungen und Anmeldungen erfragen.

Eislaufen im Verein für Kinder

***erst an der Bande festhalten . . .
dann Vorwärtslaufen . . . dann bremsen . . .
dann Hocke, Flieger Storch, Rollerfahren . . .***

Das beste Alter um Eislaufen zu erlernen ist schon mit 3 - 6 Jahren – *d.h. im Vorschulalter*. Durch die NSK-Trainer und -Fachübungsleiter werden die Kinder dann in kleinen Gruppen an das Eis gewöhnt und lernen erst einmal Vorwärtslaufen. Dann geht es aber schon schnell weiter mit "Hocke", "Flieger", "Storch", "Rollerfahren" alles kleine Schrittfolgen und Figuren, um sich auf dem Eis spielerisch fortzubewegen. Mit dem „Eisläufer“ legt man die erste Prüfung ab. Zu den folgenden „Frei-“ und „Figurenläufer“-Prüfungen kommen extra NRW-Preisrichter nach Neuss, um das Erlernte zu überprüfen und entspr. Urkunden auszustellen.

Das Training speziell für **Kleinkinder unter 7 Jahren** findet **dienstags von 14:00 - 15:00 Uhr** und **donnerstags von 14:00 - 14:45 Uhr** statt.

Für **ältere Kinder** findet das Training **donnerstags um 16:30 - 17:15 Uhr** und **sonntags von 8:45 - 9:45 Uhr** statt.

***Bis zu 3 x kann man kostenlos
„schnuppern“ !!!***

Kommen Sie mit Schlittschuhen und Handschuhen einmal unverbindlich zu den NSK-Trainingszeiten in die Eissporthalle in Neuss Reuschenberg. Einfach einmal vorbeischaun, „hallo“ sagen und sofort richtig mittrainieren! Erst nach 3 x mitmachen muss man sich entscheiden, ob man weiterhin Eislaufsport betreiben und NSK-Vereinsmitglied werden möchte.

Breitensport



Für alle Eislauf interessierten Kinder und Jugendlichen bietet sich der Breitensport-Bereich im NSK an. Hier werden pro Woche 2 Trainingseinheiten unter Leitung von zertifizierten Eiskunstlauf-Trainern oder Fach-Übungsleitern angeboten. Im Breitensport hat jeder Läufer die Möglichkeit, das Eislaufen zu erlernen und verschiedene Breitensport-Leistungsprüfungen abzulegen. Breitensportler können auch an Städtevergleichs-Wettkämpfen und nach dem Einstudieren von eigenen Küren an Breitensport-Wettbewerben teilnehmen. Das Breitensporttraining findet **donnerstags um 16:30 - 17:15 Uhr** und **sonntags von 8:45 - 9:45 Uhr** statt.

Traditionell ist die Teilnahme an dem alle 2 Jahre stattfindenden NSK-Weihnachtsmärchen immer einer der besonderen Höhepunkte für alle NSK-Sportler.

Der Übergang vom Breitensport zum Leistungssport ist gleitend und durchlässig !

Eiskunstlaufen-Leistungssport

Eiskunstlaufen ist eine Mischung aus Kunst und Athletik. Eiskunstlauf gehört heute zu den olympischen Sportarten. Keine andere Sportart verbindet die Eleganz und den Anmut des Ballets mit athletischen Mehrfach-Sprüngen, mit Pirouetten, mit schwierigen Schrittfolgen und dies alles mit einer unglaublichen Geschwindigkeit. Der NSK ist stolz auf seine Sportförderung und freut sich daher über das gute Abschneiden der NSK-Sportler bei den NRW-Wettbewerben – bis hin zu *Teilnahmen an Deutschen Meisterschaften*.



Eistanzen-Leistungssport

Die Wettkampfleistung im Eistanzen – *auch eine olympische Sportart* - basiert auf schritttechnischen Grundlagen, die exakt, temporeich und in Anpassung an die Musik tänzerisch, wie akrobatisch dargeboten werden. Neben der Fähigkeit, den Körper als Instrument des Tanzes facettenreich einzusetzen, bedarf es einer kreativen Gestaltung und Präsenz durch eine individuelle Charakterdarstellung.



Synchron-Eiskunstlaufen

Synchron-Eiskunstlaufen ist eine Team-Sportart. Der NSK hat ein eigenes Mixed-Aged-SYS-Team - d.h. Eiskunstläufer ab 12 Jahren und Kürklasse 7 können hier mitmachen. Die 12 - 20 Läufer(innen) einer SYS-Formation gleiten schwungvoll und synchron mit viel Tempo zu fetziger Musik übers Eis. Das Musikthema wird durch vielfältige Schritte, durch schnell wechselnde Formationen und die Körperbewegungen interpretiert. Raffinierte und wunderschöne Kostüme und Frisuren unterstreichen hierbei die Darbietung. Synchron-Eiskunstlaufen ist somit Leistungssport und Show gleichzeitig.



Erwachsenen-Eislaufen

Jeden **Dienstagabend von 20:30 - 22:00 Uhr** treffen sich unsere erwachsenen und berufstätigen Eisläufer in der Eissporthalle. Unter Leitung von erfahrenen Trainern wird hier sogar bis zur Teilnahme an der internationalen „ISU-Adult-Competition“ trainiert (der inoffiziellen Weltmeisterschaft für erwachsene Hobby-Läufer). Schauen Sie doch einfach einmal dienstags vorbei und machen mit ... **es macht richtig Spaß!** Bis zu 3 x können Sie auch hier unverbindlich einmal zum „Schnuppern“ vorbeikommen.

Eisstock-Schießen



Dienstags um 20:30 Uhr wird auch mit dem Eisstock geschossen.

Eisstock-Schießen ist eine Winter- und Sommersportart (*im Sommer auf Asphalt*) die dem Bocciaspiel sehr ähnlich ist. Dies ist ein verletzungsarmer Freizeitsport für Jung & Alt. In der kühlen

Luft der Eissporthalle ist dieser Sport besonders beliebt und auch hier kann man 3 x zum „Schnuppern“ vorbeikommen.

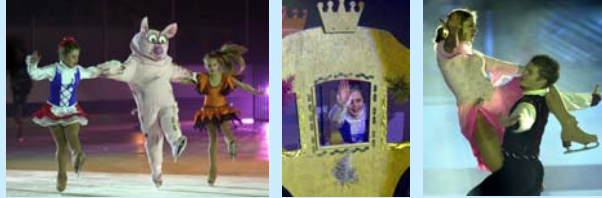
Bandy-Spielen

Bandy ist ähnlich wie Eishockey, nur es wird mit einem Ball gespielt – statt mit einem Puck. Unser Bandy-Team sucht laufend neue Mitspieler.

Etwas ganz Besonderes:

Das NSK-Weihnachtsmärchen

Es war einmal 2006: „Die Schneekönigin“



Es war einmal 2004: „Peterchens-Mondfahrt“



Es war einmal 2002: „Der Zauberer von Oz“



Es war einmal 2000: „Die kleine Meerjungfrau“



Es war einmal 1997: „Peter Pan“



Es war einmal 2008: „Simba – König der Tiere“



Alle zwei Jahre veranstaltet der Neusser Schlittschuh-Klub e.V. (NSK) ein musikalisches Weihnachtsmärchen auf dem Eis - eine richtige Eislauf-Revue - und dies ist immer etwas ganz Besonderes: Diese Produktionen finden seit über 35 Jahren große Beachtung weit über die Grenzen des Rhein-Kreises Neuss hinaus und wurden zu einer richtigen regionalen „Kult-Veranstaltung“.

Heute kommen schon Mütter in die Neusser Eissporthalle, die selbst schon als Kind mit faszinierten Augen das Geschehen auf dem Eis verfolgt hatten. Im Jahre 2008 hat der Kinderkanal von ARD u. ZDF „KiKa“ zusammen mit der ARD-Fernsehlotterie die NSK-Eisläufer mit dem „Platz für Helden“ ausgezeichnet. Die Tagespresse, NEWS 89.4, WDR-Hörfunk & WDR-Fernsehen, ZDF, RTL usw. haben schon groß über diesen „Neusser-Event“ berichtet.

Mit kompl. ausgebuchten Vorstellungen und über 15.000 Zuschauern ist dieses „Neusser-Märchen“ heute Deutschlands größte nicht-gewerbsmäßige Eislaufveranstaltung und der größte Kultur-Event im Rhein-Kreis-Neuss !

Durch diese Weihnachtsmärchen wurden die NSK-Show-Programme überregional bekannt und NSK-Sportler zeigen heute auch in Film- und TV-Produktionen ihr Können: **z.B. im ZDF-Krimi: „Der Kleine Mönch“ mit Dirk Bach**



Sport im Verein kann sich jeder leisten:

Mitgliedsbeitrag nach Kategorie:	<u>Jahres</u> -Beitrag
Kind (Anfänger)	60,00 € <small>dieser Betrag gilt für Anfängertäler (Kinder) - im ersten Mitgliedjahr</small>
Kind (Fortgeschrittene)	95,00 €
2 Kinder (zusammen)	110,00 €
3 Kinder (zusammen)	160,00 €
Erwachsene	110,00 €
Familien (für alle Familienmitglieder)	170,00 €
Passive Mitglieder	35,00 €
Aufnahmegebühr Kind	10,00 €
Aufnahmegebühr für jedes weitere Kind	10,00 €
Aufnahmegebühr Erwachsene	40,00 €
Aufnahmegebühr Familie	50,00 €

Neusser Schlittschuh-Klub e.V. - NSK

Dürerstr. 20, 41466 Neuss

Telefon: 0 21 31 / 40 22 931, Fax: 0 21 31 / 46 82 43

E-Mail: Info@NSK-Neuss.de

Weitere Informationen: www.NSK-Neuss.de

"Schnupper"-Gutschein

*für Kinder, Jugendliche & Erwachsene
um Eiskunslaufen zu lernen oder um
Eisstock-Schießen bzw. Bandy zu spielen*

*Bis zu 3 x kann man kostenlos beim NSK-Training "schnuppern", um
dann zu entscheiden, ob man NSK-Vereinsmitglied werden möchte.*

1.



Schnupper-Gutschein

2.



Schnupper-Gutschein

3.



Schnupper-Gutschein