



# SELV SPRING FORUM

31. Mai – 2. Juni 2024, Luzern

**Turning Promise into Performance.** Mit diesem Slogan wirbt der amerikanische Olympic-Coach **Tom Zakrajsek**. Am Spring Forum werden wir die unvergleichliche Philosophie von Tom bei den Sprüngen, Pirouetten sowie Steps & Turns live miterleben. Die Stunden auf dem Eis werden durch spannende Off-Ice Aktivitäten und einem Austausch zum Thema Ethik ergänzt. Am Freitagnachmittag begrüßen wir zudem **drei Top-Preisrichterinnen** aus der Schweiz. Es besteht die einmalige Gelegenheit für einen Austausch neben und auf dem Eis. Ihr erfahrt Hintergründe zu den unterschiedlichen Komponenten und GEO's und seht hinter die Kulissen der Aufgabe der Preisrichter:innen.



Freitag, 31. Mai 2024 13:30 – 18:00  
Samstag, 01. Juni 2024 09:00 – 17:30 Uhr  
Sonntag, 02. Juni 2024 09:00 – 16:00 Uhr



#### Kurskosten:

	SELV-Mitglieder	Passiv-Mitglieder und externe Gäste
2 ½ Tage (J+S anerkannt)	CHF 640	CHF 750
2 Tage	CHF 550	CHF 640
1 Tag	CHF 300	CHF 380
½ Tag (Freitag)	CHF 150	CHF 200

#### Stornierungsbedingungen:

Bis 30. April 2024, 50%  
Ab 01. Mai 2024, 100%



#### Unterkunftsempfehlungen:

[Hotel Holiday Inn Kriens](#) (ideal mit Auto – DZ ab CHF 190)  
[Ibis Budget](#) (mit ÖV erreichbar, DZ ab CHF 120)  
[The bed and breakfast](#) (Doppelzimmer ab CHF 110)  
Es wurden keine Zimmer vorreserviert.



Anmeldungen können durch den J+S Coach direkt über die J+S Webseite gemacht werden (Kurs SELV 310524):

[Hier geht's zur Anmeldung](#)

Anmeldungen für 1 oder 2 Tage erfolgen über unsere Webseite:

[www.selv.ch](http://www.selv.ch)

**Anmeldeschluss:** 30. April 2024



**Schweizer  
Eislauflehrer Verband**  
Berufsverband

## Programm und Speaker

**Freitag, 31. Mai 2024**

Roundtable-Diskussion sowie Live-Beispiele auf dem Eis mit den drei erfahrenen Preisrichterinnen Anita Bernasconi, Nina Bischoff und Denise Gallandat.

**Samstag und Sonntag, 1. – 2. Juni 2024**

Tom gilt als bekannter und erfolgreicher Trainer in den USA und wurde 2009 auch mit «Coach of the Year» von der Professional Skaters Association ausgezeichnet. Vincent Zhou, Mirai Nagasu und Bradie Tennell sind nur einige Beispiele von Weltklasse Athlet:innen welche Tom trainiert (hat). Tom ist ein leidenschaftlicher und engagierter Trainer, der an seiner Überzeugung festhält, die Sportwissenschaft für die Ausbildung seiner Läuferinnen und Läufer zu nutzen.



Zu den Karriere-Highlights von Tom:

<https://coachtomz.com/fun-facts/>