

Elternratgeber Informationen rund um Juniorenspieler

Inhaltsverzeichnis

1. Chur Unihockey – der Verein stellt sich vor	Seite 3
2. Allgemeine Informationen	Seite 4
3. Welche Juniorenstufen bietet Chur Unihockey an?	Seite 5
4. Warum gerade Unihockey?	Seite 7
5. Anmeldung bei Chur Unihockey	Seite 7
6. Ab welchem Alter kann man mit Unihockey beginnen?	Seite 7
7. Können auch Mädchen bei Chur Unihockey spielen?	Seite 7
8. Ist Unihockey gefährlich?	Seite 7
9. Was ist bei Allergien oder Asthma?	Seite 8
10. Was ist bei Krankheiten?	Seite 8
11. Was ist bei Verletzungen?	Seite 8
12. Wie können Eltern gegen Verletzungen vorbeugen?	Seite 8
13. Ist mein Kind durch den Verein versichert?	Seite 8
14. Was benötigt man für die Trainings und für die Spiele?	Seite 9
15. Welche Übungen kann ein Kind neben dem Training noch machen?	Seite 9
16. Wie sollten sich Eltern während der Trainingseinheiten verhalten?	Seite 9
17. Wie sollten sich Eltern während und nach einem Spiel verhalten?	Seite 9
18. Was sollte ein Kind vor und nach dem Sport essen oder trinken?	Seite 9
19. Welche Aufgaben haben Eltern, deren Kind bei Chur Unihockey spielt?	Seite 9
20. Wie wird man Schiedsrichter für Jugendspiele?	Seite 10
21. Soll ein Kind neben den Vereinsaktivitäten Unihockeylager besuchen?	Seite 10
22. Stockmaterial für Junioren	Seite 10

1. Chur Unihockey – der Verein stellt sich vor

1.1 Geschichte

Die Gründervereine wurden 1985 (Rot-Weiss Chur) und 1986 (Torpedo Chur) gegründet. Seither sind die Mitgliederzahlen von 15 auf rund 500 gestiegen, die Anzahl Teams von eins auf circa 20.

Durch ihre Mitglieder waren die beiden Gründervereine massgeblich an der Entwicklung und Förderung des Unihockeysports beteiligt. Mehrere Vereinsmitglieder waren sogar im Vorstand von swiss unihockey und der Internationalen Floorball Federation (IFF) tätig.

Das Amt des Nationaltrainers wurde in früheren Jahren durch Marcus Cathomas und später durch Markus Wolf und Peter Düggeli, alles Mitglieder der Gründervereine, ausgeübt. 1994 organisierte Rot-Weiss Chur den Europacup der Meister in Chur. Auch wurden in Chur schon mehrere Länderspiele ausgetragen. Im Jahr 2000 wurde Rot-Weiss Chur mit dem Bündner Sportpreis ausgezeichnet, 2002 mit dem Jugendsportförderungspreis der Stadt Chur.

1.2 Erfolge

12 x Schweizermeister in der Zeit von 1989 bis 2003 durch Rot-Weiss Chur

2 x Europacup-Bronze durch Rot-Weiss Chur

6 x Schweizercup-Sieg durch Rot-Weiss Chur, 2 x durch Torpedo Chur

Je 2 x Vizeschweizermeister durch Torpedo Chur und Rot-Weiss Chur

6 x Bronzemedaille durch Torpedo Chur, 1 x durch Rot-Weiss Chur

Unzählige Titelgewinne in verschiedensten Nachwuchsmeisterschaften

Thomas Engel, Mitglied von Chur Unihockey, ist mit 101 Länderspielen einer der wenigen Spieler weltweit mit über 100 Länderspielen.

1.3 Leitbild

- Wir wollen eine Leaderposition in der nationalen und internationalen Unihockeyszene besetzen.
- Wir helfen mit bei der Eingliederung von Jugendlichen in unsere Gesellschaft.
- Wir geben allen Unihockeybegeisterten die Möglichkeit, ihren Sport auf ihrer Stufe auszuüben.
- Wir wollen Jugendlichen das Erlebnis eines fantastischen Teamspirits ermöglichen.
- Wir wollen durch professionelle Arbeit die Entwicklung des Unihockeysports fördern.
- Wir wollen durch Disziplin und Fairness auf und neben dem Spielfeld auffallen.
- Wir sind für unsere Sponsoren, Ausrüster und Mitglieder ein zuverlässiger und fairer Partner.
- Wir lassen auch Passivmitglieder am Erlebnis Unihockey teilhaben.

2. Allgemeine Informationen

2.1 Unihockey kennen lernen

Chur Unihockey möchte möglichst allen interessierten Kindern die Möglichkeit geben, die faszinierende Sportart Unihockey kennen zu lernen. Dazu wollen wir jungen Spielern Freude und Spass am Unihockey vermitteln. Auf spielerische Art und Weise wird der Unihockeysport den Kids näher gebracht.

Unser Motto: Lernen, Leisten, Lachen!

2.2 Soziale Entwicklung

Wie bei allen Mannschaftssportarten ist der Teamgeist auch bei uns sehr wichtig. In den Mannschaften werden die dazugehörigen Punkte gezielt gefördert: Disziplin, Pünktlichkeit, Respekt, Hilfsbereitschaft, Kameradschaft und ein entsprechender Umgang miteinander. Diesbezüglich können die Spieler auch viel für ihre Zukunft ausserhalb des Unihockeys lernen und mitnehmen.

2.3 Technische Ausbildung

Jede Stufe hat ihre altersangepassten Ziele bezüglich der Ausbildung zum Unihockeyspieler. Sobald sinnvoll werden die Stufen nach dem jeweiligen Leistungsvermögen unterteilt, um so einer Über- aber auch einer Unterforderung vorzubeugen. Jeder Spieler soll je nach seinem aktuellen Spielniveau zu Einsätzen kommen.

2.4 Chur Unihockey erleben

Chur Unihockey ist eine grosse Familie. Darum geniesst jeder Nachwuchsspieler an allen Heimspielen der 1. Mannschaft freien Eintritt. So können die Idole hautnah beobachtet werden, und der Zusammenhalt im Verein wird gefördert.

2.5 Unihockey und Ausbildung

Chur Unihockey ist nicht nur die sportliche Ausbildung, sondern auch die schulische oder berufliche Ausbildung der Spieler sehr wichtig. Wo immer möglich unterstützt Chur Unihockey die Ausbildung und ist bestrebt, eine möglichst optimale Zusammenarbeit mit den Ausbildungsinstitutionen zu erreichen.

3. Welche Juniorenstufen bietet Chur Unihockey an?

Chur Unihockey führt die folgenden Juniorenstufen:

Junioerenstufe	Alter	Beschreibung
Unihockeyschule (UHS)	6 – 7	<p>1. Klasse. Ziel dieser Stufe ist es, die Kids an den Sport heran zu führen. Es werden keine regelmässigen Meisterschaften gespielt, die Mannschaften treffen sich zu Freundschaftsspielen. Im Vordergrund steht der Spass am Sport (nicht nur durch Unihockey). Mädchen und Knaben spielen in gemischten Mannschaften.</p> <p>In diesem Alter steht der Spass, mit Kollegen gemeinsam einen Sport auszuüben, im Vordergrund. Deshalb ist es sehr wichtig, dass das Kind mit Schulkameraden oder Kindern aus der Nachbarschaft in einer Mannschaft zusammen trainieren und spielen kann. Weiter ist zu beachten, dass die Kinder auch andere Sportarten ausüben können.</p> <p>Wichtigste Faktoren:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kollegen • keine Vorkenntnisse notwendig • Raum für weitere Sportarten
E-Junioren	8 – 9	<p>Die ersten technischen Spielformen werden trainiert. Die ersten kindgerechten Meisterschaften werden bestritten. Das Kind erfährt die Leistungserbringung im Mannschaftsgefüge. Soziale Kompetenzen werden geschult und aufgebaut. Mädchen und Knaben spielen in gemischten Mannschaften.</p> <p>Mit dem Bestreiten der ersten Meisterschaft beginnt das Kind, sich in einer Welt des Wettkampfes zu bewegen. Neueinsteiger können den Trainingsrückstand gut aufholen und sich rasch angleichen. Dies ist im Umfeld von Kollegen einfacher.</p> <p>Wichtigste Faktoren:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kollegen • keine Vorkenntnisse notwendig • Raum für weitere Sportarten
D-Junioren	10 – 11	<p>Die technischen Spielformen werden verbessert und verfeinert. Die Feinmotorik am Stock wird aufgebaut. Das Spielverständnis wird geschult. Im Meisterschaftsbetrieb können bereits erste organisatorische Anweisungen auf Spielerebene umgesetzt werden. Mädchen und Knaben spielen in gemischten Mannschaften.</p> <p>Neueinsteiger sollten auch hier wenn möglich im bekannten Umfeld eingeführt werden. Sind keine Vorkenntnisse vorhanden, so ist sicherzustellen, dass das Kind nicht überfordert wird. Auf dieser Stufe kann bereits eine Überforderung auftreten.</p> <p>Wichtigste Faktoren:</p> <ul style="list-style-type: none"> • keine Vorkenntnisse notwendig • Raum für weitere Sportarten

Juniorenstufe	Alter	Beschreibung
C-Junioren / U14	12 – 13	<p>Die Spieler machen die erste Bekanntschaften mit dem Spiel auf dem Grossfeld in der U14 (5 Feldspieler + Torhüter). Die Trainingseinheiten werden erhöht. Die technischen Formen werden verfeinert und eingeschliffen, so dass im Wettkampf diese Formen gezielt eingesetzt werden können. Mädchen und Knaben spielen in getrennten Meisterschaften. Chur Unihockey führt ab dieser Stufe nur noch Knabenteams. Die Mädchen spielen bei Piranha Chur.</p> <p>Quereinstieg aus anderen Sportarten ist auf dieser Stufe noch gut möglich.</p> <p>Wichtigster Faktor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsgedanke wird gefördert
U16C	12 - 13	<p>Auf dieser Stufe werden die Mannschaften bereits nach Leistungsvermögen eingeteilt. Neueinsteiger werden zu Schnuppertrainings im Breitensportniveau eingeladen. Es wird die ganze Saison auf dem Grossfeld trainiert.</p> <p>Wichtigster Faktor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einteilung nach Leistungsniveau
B-Junioren / U16	14 – 15	<p>Die Leistungsstufen Leistungssport und Breitensport werden weitergeführt. Der Wechsel von einer Stufe in eine andere ist möglich. Die Spieler der Leistungsabteilung machen spätestens hier die erste Bekanntschaft mit den Meisterschaften auf dem Grossfeld. Die technischen und taktischen Spielformen werden optimiert und auf das Grossfeld umgestellt. Die Anweisungen des Trainers können im Spiel direkt umgesetzt werden.</p> <p>Quereinsteiger sind vor allem aus artverwandten Sportarten noch möglich (Eishockey, Fussball, ...), für Knaben aus anderen Sportarten ist ein Einstieg noch dann möglich, wenn sie sehr talentiert für den Unihockeysport oder den Sport allgemein sind.</p> <p>Wichtigster Faktor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einteilung nach Leistungsniveau • klare Unterteilung in Breiten- und Leistungssport
A-Junioren / U18	16 – 17	<p>Erweiterung der technischen und taktischen Spielformen, sowie die Vorbereitung auf den Sprung in die U21. Klare Trennung zwischen Leistungsstufe und Breitensport.</p> <p>Wichtigster Faktor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einteilung nach Leistungsniveau • klare Unterteilung in Breiten- und Leistungssport

4. Warum gerade Unihockey?

Unihockey kann - wie der Sport allgemein - die Entwicklung eines Kindes positiv beeinflussen. Durch die Einbindung in ein Team erlernt das Kind das soziale Verhalten in einer Gruppe. Die sportliche Betätigung mit ihren unihockeyspezifischen Anforderungen schult vor allem Koordination, Schnelligkeit und Ausdauer. Dadurch werden das Immunsystem und das Herz-Kreislauf-System gestärkt.

5. Anmeldung bei Chur Unihockey

Bei Chur Unihockey kann sich jedes Kind über die Geschäftsstelle (Adresse siehe letzte Seite) anmelden. Die Geschäftsstelle nimmt die Personalien des Kindes auf und leitet die Informationen an die entsprechenden Verantwortlichen weiter. Diese nehmen dann Kontakt mit den Eltern des Kindes auf und versuchen, im Gespräch mit ihnen die richtige Mannschaft für den/die neue/n Spieler/in zu finden.

6. Ab welchem Alter kann man mit Unihockey beginnen?

Ab etwa sechs Jahren kann es in Vereinsmannschaften losgehen. Chur Unihockey stellt mit der Unihockeyschule Mannschaften, welche die Kinder an den Sport heranzuführen. Natürlich kann das Kind auch ausserhalb des Vereins spielen. Im Garten oder im Park entdecken oft schon die Kleinsten den Spass am Unihockey, wenn sie sich mit Mama/Papa oder den Geschwistern den Ball zuspieren können.

7. Können auch Mädchen bei Chur Unihockey spielen?

Bis zur D-Junioren-Stufe werden Mädchen und Jungs in den gleichen Mannschaften geführt. Mit dem Übertritt in die Juniorenstufe C können die Mädchen dann zu Piranha Chur wechseln.

8. Ist Unihockey gefährlich?

Ein gewisses Verletzungsrisiko ist im Unihockey wie bei den meisten anderen Sportarten nicht zu vermeiden. Unihockey ist vor allem in den unteren Junioren-Stufen (UHS, E-, D-Junioren) ein Mannschaftssport, der praktisch ohne Körpereinsatz gespielt wird. Dieser beschränkt sich auf das Drücken Schulter an Schulter beim Kampf um den Ball. Bereits mit etwas mehr Körpereinsatz spielen die Junioren ab C-Stufe. Dabei sind Körperangriffe wie im Eishockey (Checks) aber verboten.

Ausführliche Aufwärm- und Dehnungsprogramme bereiten den Körper auf sportliche Belastungen vor und senken so das Risiko von Muskelverletzungen. Die Kräftigung der Muskulatur sorgt für Entlastung und Schutz der Gelenke. Durch ein vorbeugendes Training und einen entsprechend guten Fitnessstand lässt sich also die Verletzungsgefahr deutlich reduzieren.

Für weiteren Schutz sorgt die passende Ausrüstung. Die richtigen Hallenschuhe zum Binden sorgen für einen festen Stand. Der Stock muss auf die optimale Länge gekürzt werden. Ein zu langer Stock erschwert das Erlernen technischer Spielformen. Für Torhüter ist eine altersangepasste Ausrüstung angebracht. Dabei ist vor allem auf einen guten Knieschutz zu achten. Masken, Pullover und Hosen werden ab Unihockeyschule bis zu den D-Junioren vom Verein zur Verfügung gestellt. Chur Unihockey empfiehlt das Tragen von Schutzbrillen beim Training und Spiel. Augenverletzungen durch den Ball oder den Stock sind zwar sehr selten (weniger als 3 % aller Unfälle im Unihockey), aber die Folgen dafür meistens gravierender als bei einem vertretenen Fuss.

9. Was ist bei Allergien oder Asthma?

Allergien und asthmatische Erkrankungen können sehr verschiedene Ausprägungen haben. Normalerweise steht einer sportlichen Betätigung unter Beachtung der alltäglichen Regeln aber nichts im Wege. Die Eltern müssen dafür sorgen, dass die erforderlichen Hilfsmittel oder Medikamente vor Ort sind und die Trainer der Mannschaft über die Erkrankung ihres Kindes informiert werden. Im Zweifelsfall ist eine Rücksprache mit dem Arzt sinnvoll.

10. Was ist bei Krankheiten?

Durch sportliche Aktivitäten wird der Körper belastet und bestehende Infektionen haben bessere Chancen, gegen ein geschwächtes Immunsystem zu bestehen und sich noch auszubreiten. Daher ist bei bestehenden Erkrankungen von starken Belastungen abzuraten, leichte Bewegung kann hingegen das allgemeine Wohlbefinden fördern und somit auch zu einer schnelleren Genesung führen. Kinder mit Fieber sollten keinen Sport treiben! Im Zweifelsfall lieber dem Körper die nötige Zeit zur Erholung geben, anstatt ihn während des Kampfes gegen Krankheitserreger zusätzlich zu schwächen.

11. Was ist bei Verletzungen?

Die meisten Verletzungen beim Unihockey entstehen durch stumpfe Gewalteinwirkung (das heisst durch einen Zusammenprall von Spielern) oder durch das Umknicken im Sprunggelenk. In beiden Fällen sollte als erste Hilfe- Massnahme der betreffende Bereich gekühlt werden. Dadurch wird einer Schwellung und grösserer Schmerzentwicklung entgegengewirkt. Bei leichteren Verletzungen werden nach dieser Behandlung – verbunden mit einer Ruhigstellung des betroffenen Gebiets – die Beschwerden bereits abklingen. Ist dies nicht der Fall, so sollte man zur genaueren Untersuchung einen Arzt aufsuchen.

12. Wie können Eltern gegen Verletzungen vorbeugen?

Es ist auf gutes Schuhwerk zu achten. Beim Kauf eines Schuhs ist darauf zu achten, dass er einen guten Sitz und den richtigen Halt (Schuhe zum Binden) aufweist. Ansonsten sind, wenn die Kraft der Kinder nachlässt und mit ihr auch die Koordination, Blessuren die Folge. Zu enge oder zu kleine Schuhe sind nicht geeignet. Durch das schnelle Stoppen und wieder Anlaufen können bei nicht passenden Schuhen die Zehen in Mitleidenschaft gezogen werden. Wir empfehlen beim Kauf des Schuhwerks nicht zu sparen.

Ein guter allgemeiner Fitnesszustand beugt generell Unfällen vor. Zusätzlich lassen sich viele Verletzungen durch Aufwärm- und Dehnungsprogramme vermeiden. Wichtig: Als Eltern sollten Sie nicht übervorsichtig sein und überreagieren. Kleinere Unfälle mit Prellungen sind wie beim normalen Rumtollen der Kinder keine Seltenheit. Meist vergessen Kinder solche Blessuren schneller wieder als die Eltern.

13. Ist mein Kind durch den Verein versichert?

Nein, das Kind ist vom Verein nicht versichert. Die Versicherung ist Sache der Eltern. Üblicherweise ist das Kind aber während der Schulpflicht (d.h. bis und mit Oberstufe) gegen Unfall versichert. Eltern von Gymnasiasten seien darauf hingewiesen, dass die Schule Invalidität nur sehr bescheiden versichert und sich unter Umständen der Abschluss einer Zusatzversicherung lohnt.

14. Was benötigt man für die Trainings und für die Spiele?

Für das Training benötigt das Kind lediglich einfache und praktische Sportkleidung sowie einen Unihockeystock. Alle Anbieter von Unihockeystöcken verfügen über Kindergrößen. Chur Unihockey empfiehlt die Stöcke der Marke Unihoc und das Fachgeschäft Stocks Schlag.ch in Chur. Weitere Informationen zu den Stöcken finden sie unter Punkt 22. Ein zu langer Stock erschwert das Erlernen technischer Formen. Tenüs für die Meisterschaftsspiele werden durch den Verein gestellt. Die Torhüterausrüstung (Helm, Pullover, Hosen) wird ab der Unihockeyschule bis zur D-Juniorenstufe vom Verein gestellt.

15. Welche Übungen kann ein Kind neben dem Training noch machen?

Allerhand. Allerdings sollte man immer darauf achten, dass das Kind auch wirklich selber gerne kicken, spielen, springen oder laufen möchte. Dann heisst es: Raus und spielen!

16. Wie sollten sich Eltern während der Trainingseinheiten verhalten?

Wenn sie während der Trainingseinheiten zuschauen wollen sollten sie sich ruhig verhalten. Das Kind und die anderen sollen in Ruhe spielen können, ohne sich mit Anweisungen oder Ratschlägen der Eltern auseinandersetzen zu müssen. Das Kind wird von sich aus auf die Eltern zukommen wenn es ihre Hilfe braucht.

17. Wie sollten sich Eltern während und nach einem Spiel verhalten?

Für Kinder steht beim Unihockey das Spiel im Vordergrund, ob am Ende ein Sieg oder eine Niederlage resultiert, verliert trotz anfänglicher Enttäuschung oft schnell an Bedeutung. Dies sollte von den Eltern akzeptiert und gefördert werden. Positives soll hervorgehoben werden, die Kinder wollen gelobt werden, gleichzeitig darf keinen Druck auf die Kinder ausgeübt werden.

18. Was sollte ein Kind vor und nach dem Sport essen oder trinken?

Die richtige ausgewogene Ernährung ist natürlich besonders für Kinder generell wichtig, nicht nur rund ums Unihockey. Eine normale, kohlenhydratreiche Ernährung (etwa mit Nudeln, Brot oder Reis) bildet eine absolut ausreichende Basis für jeden Hobbysportler. Eine solche Mahlzeit sollte bis spätestens drei bis vier Stunden vor dem Sport eingenommen werden. In den letzten ein bis zwei Stunden vor einer körperlichen Belastung sollte man keine belastenden Mahlzeiten mehr zu sich nehmen, sondern lediglich noch etwas Leichtes wie beispielsweise etwas Obst.

Rund um eine körperliche Belastung ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr besonders wichtig, um den durch das Schwitzen verursachten Flüssigkeitsverlust auszugleichen. Dafür sind elektrolytreiche Getränke, Fruchtsaftchorlen oder einfach Wasser gut geeignet. Flüssigkeit sollte auch während und nach einem Spiel oder Training in ausreichender Menge zur Verfügung stehen.

19. Welche Aufgaben haben Eltern, deren Kind bei Chur Unihockey spielt?

Typische Aufgaben von «Unihockeyeltern» sind je nach Entfernung zwischen Wohnort und Halle das Fahren des Nachwuchses zu Training und Spielen. Darüber hinaus wechseln sich Eltern bei Chur Unihockey damit ab, bei Heimspielen an der Festwirtschaft zu helfen. Dieser Helfereinsätze werden mit den Mitgliederbeiträgen der Kinder verrechnet und sind bei Chur Unihockey obligatorisch.

20. Wie wird man Schiedsrichter für Jugendspiele?

Für Jugendspiele unterer Klassen (Jun E und Jun D) ist keine spezielle Qualifikation erforderlich, aber das Regelwerk sollte natürlich beherrscht werden.

21. Soll ein Kind neben den Vereinsaktivitäten Unihockeylager besuchen?

Wenn das Kind Spass am Spielen hat und kaum genug davon bekommen kann, wird es sich über die Abwechslung in einem Unihockeylager bestimmt freuen. Wenn dies der Fall ist, dann kontaktieren Sie den Trainer Ihres Kindes, er kann Ihnen sicherlich die entsprechenden Informationen abgeben. Allerdings sollte es wirklich dem Wunsch des Kindes und nicht dem falschem Ehrgeiz der Eltern entsprechen.

22. Stockmaterial für Junioren

Stockhärte und -länge für Junioren Stöcke, die zu lang und zu hart sind, sind für Kinder nicht geeignet. Unihockey-Stöcke haben eine unterschiedliche Härte, Flex genannt. Diese Flex (von ca. 23 – 36) ist auf jedem Stock angeschrieben. Je tiefer die Flex-Zahl eines Stockes ist, desto härter ist der Stock und desto weniger kann er durchgebogen werden.

Kinderstöcke haben eine Flex-Zahl von 30 – 36. Stöcke mit Flex 29 und tiefer sind für Kinder nicht zu empfehlen. Weiter ist zu beachten, dass zu lange Stöcke das Spiel der Kinder negativ beeinträchtigt. Es hindert die Kinder einerseits beim technischen Spiel mit dem Ball und führt zu Haltefehler im gesamten Bewegungsapparat. Dies wird sich negativ auf die künftige Entwicklung der Unihockey-Fähigkeiten des Kindes auswirken. Kinderstöcke sollten eine Länge zwischen Bauchnabel und Brustbein aufweisen. Zu lange Stöcke sind unbedingt zu kürzen. Beachten Sie, dass der Stock immer am oberen Ende, also beim Griffband, zu kürzen ist.

22.1 Achtung:

Teure Profistöcke sind für Kinder nicht geeignet. Kinder benötigen Stöcke, die ihrem Alter und ihrer Grösse entsprechen. Chur Unihockey arbeitet mit der Marke unihoc und dem Fachgeschäft Stochschlag.ch in Chur zusammen. Dort erhalten sie fachkundige Beratung und Hilfe.

Wir hoffen, mit diesen Informationen einen Einblick in die Arbeit von Chur Unihockey gegeben zu haben. Bei Fragen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung:

CHUR UNIHOCKEY
Geschäftsstelle
7000 Chur

info@churunihockey.ch
www.churunihockey.ch