



CHEERLEADER LUZERN WILDCATS



CHEERLEADING

Cheerleading ist eine Sportart, die aus Pyramiden, Bodenturnen, Tanz & Akrobatik besteht. Ursprünglich hatten Cheerleader die Aufgabe andere Sportteams von der Seitenlinie aus zu unterstützen, indem sie die Zuschauer mit Cheers und Stunts zum Anfeuern des Teams animierten. Doch heute ist daraus bereits eine eigene Leistungssportart geworden. Deshalb sprechen wir hier von Allstar Cheerleading. Unser Saisonziel ist es nicht in erster Linie die Luzern Lions an den Heimspielen anzufeuern, sondern den Schweizermeistertitel in unserer eigenen Sportart zu ergattern.

- Mindestalter Peeweeps: 6 Jahre (Jahrgang 2010)

Alle am Probetraining interessierten Sportler/Innen müssen das vollständig ausgefüllte Datenblatt (Homepage) mitbringen. **Beim unterzeichnen des Datenblatts, weisen die Sportler/Innen aus, dass sie mit den Team Regeln und den Statuten der Lions einverstanden sind und diese befolgen werden.** Besuchen die Sportler/Innen das Training auch im Juli weiter, verpflichten sie sich für die Dauer einer Saison (Juli bis Mai des kommenden Jahres) weiter Teil von Luzern Wildcats Cheerleading zu sein und das Training wird kostenpflichtig.

erwarten von allen vollen Einsatz egal auf welcher Position. **Denkt daran:**

Der beste Cheerleader ist ein Allrounder!

SAFETY & HAFTUNG

Unsere Coaches verfügen über mehrjährige Erfahrung und besuchen jährlich mindestens einen Coaching Kurs. Sicherheit ist unser höchstes Gebot. Ohne sicheres Erlernen der Basics werden die Coaches den Schwierigkeitsgrad nicht erhöhen.

PERFECTION BEFORE PROGRESSION!

Neue Skills werden mit genügend Spottern (gegenseitige Sicherung) geübt. Ausserdem sollen keine Übungen ausgeführt werden (auch nicht mit Spottern), wenn dies nicht zuvor von den Coaches instruiert wurde. So kann das Unfallrisiko minimiert werden. Die Coaches sind über die Einnahme notwendiger Medikamente, über Allergien oder über Krankheiten zu informieren. Dies geschieht durch das wahrheitsgetreue Ausfüllen des Datenblatts. Die Luzern Wildcats Cheerleader werden vom Medical Team der AFC Luzern Lions betreut, welches die Angaben streng vertraulich behandelt. Die Haftung im Probetraining, Training, Meisterschaften und an externen Auftritten ist Sache jedes Sportlers (auch für Wertgegenstände).

Die Luzern Wildcats Cheerleader lehnen jegliche Art von Haftung ab.

ANWESENHEIT

In jedem Training führt der Coach eine Anwesenheitskontrolle durch. Die Grundregel lautet: Wer fehlt, verspielt seine Chance auf einen Platz im Meisterschaftsteam. Dabei liegt die Entscheidung ausschliesslich bei den Coaches. Für alle anderen Events der Wildcats Cheerleader (Football Spiele, **Camps**, externe Auftritte, usw.) wird die 100%ige Anwesenheit erwartet und es gilt die gleiche Grundregel.

ABMELDUNG

Die Abmeldung muss per Telefon erfolgen (WhatsApp Nachrichten o.Ä. werden NICHT akzeptiert). Die Abmeldung an den Coach muss bis spätestens 24:00 Uhr am Vortag des Trainings gemeldet werden. Wenn der Coach nicht erreicht werden kann, meldet euch bei der Team Managerin ab. Bei

ANFORDERUNGEN

Wir verlangen keine Vorkenntnisse, jedoch ist Sporterfahrung immer ein Plus. Denn grundsätzlich lassen wir zum Training alle Interessierten zu. Um aber Teil des Meisterschaftsteams zu sein, musst du stets vollen Einsatz geben und im Training immer anwesend sein, denn sonst kann dein Team nicht trainieren. Weiter verlangen wir von unseren Athleten Nervenstärke und Selbstbewusstsein, da wir vor Menschenmengen auftreten und kurzfristig unsere Routine umstellen können. Zusätzlich wünschen wir Sportler/Innen mit einer guten Zeitplanungskompetenz. Aus den besten Athlet/Innen in den drei Jahrgangsstufen stellen wir Ende Jahr unser Meisterschaftsteam zusammen, das an Wettkämpfen auf der Matte stehen wird.

PROBETRAININGS

Jedes Jahr veranstalten wir Probetrainings für die einzelnen Teams der Wildcats. Alle Athleten, welche sich ein Bild von unserer Sportart machen möchten und gedenken in der kommenden Saison mit einem unserer drei Teams zu trainieren, sind dazu herzlich eingeladen. Die obligatorische Anmeldungen und Dokumente für Probetrainings findet ihr auf unserer Website. Das Wichtigste in Kürze:

- Mindestalter Senior Elite: 17 Jahre (Jahrgang 2000 für Saison 2016/17)
- Mindestalter Junior Elite: 12 Jahre (Jahrgang 2004)

AN

TRAININGS

Bitte erscheint pünktlich im Training. Wir erwarten, dass die Sportler/Innen umgezogen und „getapet“ bei Trainingsbeginn auf der Matte stehen. Im Training werden 100% von Allen gefordert, denn unsere Sportart ist eine Leistungssportart.

Bei Krankheit muss selber entschieden werden, ob man dem Training fern bleibt. Die Möglichkeit zuzusehen möchten wir aber kranken Athleten geben.

In den Fasnachts-, Osterferien (ausser am verlängerten Osterwochenende) und an Pfingsten finden Trainings statt.

Zu diesem Zeitpunkt finden die Wettkampfvorbereitung, sowie die Footballspiele statt. In den Herbst-, Weihnachts- & Sommerferien finden KEINE Trainings statt. Zusätzliche Trainings werden frühzeitig bekannt gegeben. Das Tragen von Körperschmuck ist während des Trainings aufgrund der Verletzungsgefahr nicht erlaubt (auch Brillen oder Anker Piercings). Während den Trainings haben die Sportler/Innen KEINEN Zugang zu ihren Mobiltelefonen. Zuschauer sind in den Trainings NICHT gestattet, ausser es findet ein „Open Doors“ Training statt. Weiter dürfen keine Personen, welche nicht offiziell Mitglieder der Luzern Wildcats Cheerleader sind, mittrainieren. Die Coaches entscheiden, wer welche Position im Team übernimmt. Diese können je nach Zeitpunkt und Athleten (Anwesenheit) geändert werden. Wir



CHEERLEADER LUZERN WILDCATS



Termine in der Zukunft (z.B. obligatorische Schullager) muss dies **bei Bekanntgabe** dem Coach per Telefon UND per E-Mail gemeldet werden.

BUSSEN

Wenn die Coaches merken, dass die Abmeldungen nicht korrekt gemacht werden, gilt das folgende Reglement:

- Zu spät ins Training kommen: Zwei Verwarnungen. Danach 5.- Busse pro zu spätes Erscheinen.
- Zu späte Abmeldung für's Training: Eine Verwarnung. Dann 10.- Busse

Wenn aber vermehrt auffällt dass ein Sportler fehlt oder wegen unnachvollziehbaren Gründen das Training auslässt, wird er/sie nicht an Wettkämpfen antreten.

WETTKÄMPFE

Zwei Monate vor einem Wettkampf werden die definitiven Stuntgroups festgelegt. Sportler/Innen, welche nicht im Wettkampf Team sind, trainieren normal weiter. Es besteht immer noch die Möglichkeit an den Meisterschaften teilzunehmen. Falls sich eine Athletin/ein Athlet verletzt, benötigen wir die restlichen Mitglieder auf einem Stand, in dem sie direkt in die Choreographie eingebaut werden können. An Meisterschaften gibt es verschiedene Bestimmungen zum Mindestalter. Dies sind Einflussfaktoren, wer an den Wettkämpfen auf der Matte steht. Damit die Veranstalter dies bei den Teams kontrollieren können, ist ein gültiger Pass oder eine gültige ID mitzuführen. Ausserdem sollen alle Cheerleader im Falle von Unfällen ihre Krankenkassenkarte bei sich tragen. Ausserdem ist jede Cheerleaderin dafür verantwortlich ausreichend versichert zu sein.

AFC LUZERN LIONS

Die Luzern Wildcats Cheerleader gehören zum American Football Club der Luzern Lions. Die Wildcats sind jeweils mit einem Team an den Heimspielen der Lions anwesend und unterstützen diese mit Cheers & Chants von der Seitenlinie aus. Somit sind ca. zwei Heimspiele (April bis Juli) auf der Luzerner Allmend pro Team zu

absolvieren. Die Anwesenheit an diesen Spielen ist obligatorisch. Die Spieldaten werden sobald als möglich (meist nach dem Superbowl im Februar) an die Cheerleader weitergegeben und finden bei jeder Witterung statt. An Auswärtsspiele reisen die Cheerleaderinnen als Privatpersonen, wenn sie diese besuchen möchten. Ausserdem fahren sie nicht in den Teambussen der Lions mit. Beziehungen oder Techtelmechtel von Cheerleadern und Footballspielern werden grundsätzlich nicht toleriert. Bei absehbarer Seriosität und fortgeschrittenem Alter beider Beteiligten wird jedoch erneut abgewogen.

KONSEQUENZEN

- Wer seinen Flyer mutmasslich nicht korrekt fängt, macht 10 Liegestützen als Strafe.
- Wer eine Teamkameradin spottet und diese mutmasslich nicht korrekt sichert, wird von uns verwarnet und bei Wiederholung nach Hause geschickt.
- Mitglieder riskieren mit Abwesenheit (auch Krankheit und Verletzungen), dass sie nicht an den Wettkämpfen teilnehmen können, auch wenn sie bereits in der Choreographie eingeplant wurden.
- Wer an einem Einsatz an den Heimspielen der AFC Luzern Lions fehlt, wird das Team nicht an einem Wettkampf vertreten. Diese Regelung gilt auch für andere externe Auftritte.
- Wer während den Fasnachts-, Osterferien oder an Pfingsten eine Reise plant, wird nicht als festes Meisterschaftsteammitglied eingeplant.
- Wer den Jahresbeitrag nicht innerhalb der vorgegebenen Frist von 30 Tagen bezahlt, wird vom Training ausgeschlossen bis der Betrag beglichen wurde. Ausserdem kann dies dazu führen, dass keine Ausrüstung für die entsprechende Person bestellt werden kann. Somit kann nicht an Meisterschaften teilgenommen werden.

- Wer sich einem Dopingtest verweigert, wird per sofort aus dem Verein ausgeschlossen.
- Bei Mobbingfällen wird die entsprechende Person vom Team freigestellt.

Diese Liste ist nicht vollständig oder ausschliessend!

COACHES

Die Entscheidung, wer die Wildcats an einer Meisterschaft vertritt, liegt allein bei den Coaches. Sie legen ebenfalls die Stuntgroups sowie die einzelnen Positionen fest. Zusätzlich entscheiden die Coaches, mit welcher Choreographie die Athleten auf die Matte gehen. Die Coaches bestimmen darüber, wann ein Skill gestrichen oder vereinfacht wird. Ausserdem können Sie Auswechslungen des Wettkampfteams festlegen (z.B. Verletzungen, Unsportlichkeit, Abwesenheit, ...).

KALENDER

Folgende Events sind **zusätzlich zum Training** während des Jahres mindestens angesetzt (die Liste ist nicht vollständig, sondern dient als Orientierung):

Mai & Juni 2016:

- MI 18. Mai: Showcase (5. Geburtstag Wildcats)
- Probetrainings & Elterninformationen

Juli 2016:

- Def. Entscheidung für die Saison
- Einzahlen des Mitglieder- & Ausrüstungsbeitrags

SOMMERFERIEN

August 2016:

- Trainingsbeginn zu Schulanfang (Luzerner Schulferienplan)

September 2016:

HERBSTFERIEN

Oktober 2016:

- 30. Okt.: Swiss City Marathon Lucerne (Seniors)

November 2016:

- GV AFC Luzern Lions

Dezember 2016 :

WEIHNACHTSFERIEN

Januar 2017:

- Ende Jan.: Trainingsweekend (SA Nachwuchs, SO Seniors)



CHEERLEADER LUZERN WILDCATS



Februar 2017:

Trainings trotz Fasnachtsferien

- Ende Feb.: Lions & Wildcats Trainingsweekend in Willisau

März 2017:

- Mitte März: Spirit Fever Open

April 2017:

Trainings trotz Osterferien

- Ende April: Luzerner Stadtlauf (Juniors)
- Start der Football Saison mit 5 Heimspielen jeweils samstags oder sonntags den ganzen Tag

Mai 2017:

Trainings trotz Pfingsten

- Showcase letztes Training vor der SM
- SA Mitte/Ende Mai: Schweizermeisterschaft
- Heimspiele der Lions

Auf der Homepage werden findet sich die aktuellste Version des Jahresprogramms und Änderungen oder Updates werden angekündigt.

DOPING

Die Luzern Wildcats unterstehen den Dopingrichtlinien von SwissOlympic. Dabei ist jeder Athlet/jede Athletin selbst verantwortlich dafür, welche Stoffe sich in seinem/ihrer Körper befinden. Kontrollen können sowohl vor dem Wettkampf oder in einem Training durch die Dopingkommission gemacht werden. Die Kontrolleure entscheiden sich willkürlich für eine Handvoll Testkandidaten. Wer das Training der Wildcats besucht, verpflichtet sich die Antidoping-Bestimmungen einzuhalten. Bei Verstößen kann es zu Disqualifikationen und hohen Bussen für das ganze Team kommen. Sogar Sperren für die Coaches können ausgesprochen werden. Ausserdem werden die Personalien der Personen, welche dagegen verstossen haben online publiziert. Mehr zu den illegalen Substanzen und den allgemeinen Bestimmungen ist unter www.antidoping.ch oder in der gleichnamigen App im Store nachzulesen.

MOBBING

Mobbing (physischer oder psychischer Art) oder gar in öffentlichen Netzwerken wird nicht akzeptiert. Und führen zum sofortigen

Ausschluss von den Wildcats. Bitte wendet euch bei einem Verdacht sofort direkt an die Coaches.

KOSTEN

Nach dem überstandenen Probetraining, ist innerhalb der nächsten 30 Tage der Jahresbeitrag von 450 CHF an den Verein zu entrichten (250.- Peeweeps).

In diesem Beitrag sind jeweils alle kalkulierbaren Kosten der kommenden Saison inbegriffen.

Für die Ausrüstung fällt bei Neueintritt (oder alle 5 Jahre) zusätzlich ein Beitrag von ca. 400 CHF (200.- Peeweeps) an. Geld wird nach Bezahlung auch bei Austritt NICHT zurückerstattet. Nicht in Anspruch genommene Leistungen (Camps, Fahrten, etc.) verbleiben als Solidaritätsbeitrag dem Verein zur Verfügung. Es liegt weiter in der Verantwortung der austretenden Person, ihre Uniform an Neumitglieder zu verkaufen.

AUSRÜSTUNG

Jeder Cheerleader erhält die folgende Ausrüstung gegen Bezahlung der Ausrüstungskosten (ca. 400 CHF/200 CHF Peeweeps):

Uniform:

- Oberteil (bei Seniors bauchfrei)
- Shorts
- Bow

Team Wear:

- Trainerjacke (mit Team- & Sponsorenaufdruck)
- Trainerhose

Im Training tragen die Sportler/Innen die Teamausrüstung, wenn es von den Coaches verlangt wird. Da ein kleiner Betrag pro Trainer übernommen wird, behält man sich das Recht vor, diese einzusammeln, um sie als Werbefläche für Sponsoren zu nutzen. Ausserdem können weitere Teamartikel wie Cheerschuhe, eine Teamtasche o.Ä. bei unserem Ausrüster auf eigene Kosten (www.spirit-fever.com) bezogen werden.

UNIFORM

Die Uniform gehört jeder Einzelnen und wird nicht vom Verein zur Verfügung gestellt. Die Uniform wird erst bestellt, wenn der entsprechende Betrag überwiesen wurde. Die Uniform hat eine

ungefähre Lieferzeit von acht Wochen.

Uniformen dürfen nicht zu privaten Anlässen (inkl. Fasnacht) getragen werden. Zusätzlich dürfen sie nicht an andere Personen ausgeliehen werden. Die Luzern Wildcats Cheerleader kreieren alle fünf Jahre eine neue Uniform für Ihre Teams. Diese wird teamübergreifend sehr ähnlich gestaltet. Dabei haben allein die Seniors ein bauchfreies Top.

KANÄLE

- **Homepage:** www.luzernlions.ch , www.luzernwildcats.ch
- **Facebook Fanpage:** Luzern Wildcats Cheerleading
- **Twitter Account:** @Luzern_Wildcats www.twitter.com/Luzern_Wildcats
- **Team Chat auf WhatsApp** (Teammitglieder werden eingeladen, nachdem sie das Probetraining überstanden haben)
- **YouTube Channel:** Luzern Wildcats Coach <https://www.youtube.com/user/NathalieKMiller>

Bitte teilen Sie uns mit, wenn wir ihre Tochter/ihren Sohn nicht fotografieren dürfen oder von ihr kein Foto veröffentlichen dürfen. Ansonsten gehen wir von einem stillen Einverständnis aus. Wir werden allerdings niemanden auf einem Foto kennzeichnen und weiter auch keine Namen nennen.

ELTERNARBEIT

Da uns die Transparenz unserer Arbeit gegenüber den Eltern von Minderjährigen besonders wichtig ist, werden sie über verschiedene Kanäle von uns informiert. Es sind dies die folgenden:

- **Elterninfo am Probetraining** (für Juniors & Peeweeps)
- **E-Mails:** Bitte geben Sie eine gültige E-Mail Adresse an!
- **Homepage**
- **Team Mom** (für Juniors & Peeweeps)