

Förderangebot Regionales Leistungszentrum Zentralschweiz (RLZ) Standort Zug, Saison 2026/27

Zentralschweizer Unihockeyverband – Regionales Leistungszentrum (RLZ)

Kontakt: rlz@zugerunihockey.ch

Anmeldung

Der Zentralschweizer-Unihockey Verband (ZSUV) unterstützt als Trägerschaft des Regionalen Leistungszentrums Zentralschweiz (RLZ) die Förderung des Unihockey-Nachwuchses durch gezielte Zusatztrainings. Der ZSUV delegiert den Betrieb des RLZ an Zug United.

Im RLZ werden den Juniorinnen und Junioren aus der Zentralschweiz und den angrenzenden Gebieten an verschiedenen Tagen 60- bis 90-minütige Module angeboten. Diese Angebote sind für talentierte Spielerinnen und Spieler vorgesehen, die sich im Unihockey weiterentwickeln möchten oder als Leistungssportlerinnen und Leistungssportler zusätzliche Trainingseinheiten benötigen. Die Trainings werden von August 2026 bis Anfang Juli 2027 durchgeführt und finden voraussichtlich in Rotkreuz, Cham, Zug und Steinhausen statt. Als talentierte Unihockeyspielerinnen oder talentierter Unihockeyspieler ab Jahrgang 2015 kannst du aus den folgenden Modulen auswählen.

RLZ-Module für Unihockeytalente und/oder Sportschülerinnen und Sportschüler

Du bist eine gute Unihockeyspielerin oder ein guter Unihockeyspieler mit einer Talentcard oder auf dem Weg, diese zu erwerben. Die RLZ-Trainings am Morgen und über den Mittag stehen dir explizit als zusätzliche Einheit zur Verfügung. Die Sportschülerinnen und Sportschüler der KSK Cham werden direkt vom Sportkoordinator angeschrieben.

Athletiktraining – D&R Performance, Steinhausen

Das Athletiktraining wird mindestens einmal pro Woche obligatorisch für alle Sportschülerinnen und Sportschüler angeboten, welche bei Zug United spielen. ATHL1 für die KSK-Schülerinnen und -Schüler der 1. Klasse, ATHL2 ist für Schülerinnen und Schüler ab KSK 2 vorgesehen.

GF-Module Unihockeytechnik und -taktik auf dem Grossfeld – Turnhalle Waldegg, Rotkreuz

In diesen Trainings werden das Spiel auf dem Grossfeld und die notwendigen Skills kennengelernt, eingeübt und weiterentwickelt.

SK-Module – Skills- und Goalietraining auf dem Kleinfeld – Turnhalle Schützenmatt, Zug

Bei diesen Trainings handelt es sich um ein reines Unihockey-Techniktraining mit Schwerpunkt Technik und Skills für Feldspielerinnen, Feldspieler und Goalies.

Trainingszeiten

	Trainings am Morgen			Trainings Mittag/Nachmittag					
Montag	LunchT1 RLZ Lunchtraining 12:00-13:00 Uhr Turnhalle Röhrlberg, Cham (Montag)								
Dienstag	ATHL1 RLZ Athletiktraining 07:30-09:00 Uhr D&R, Steinhausen (Dienstag)	MT-Z1 RLZ Morgentraining 07:30-09:00 Uhr Stadhale, Zug (Dienstag)	MT-C3 RLZ Morgentraining 07:30-09:00 Uhr Turnhalle Röhrlberg, Cham (Dienstag)						
Mittwoch				LunchT2 RLZ Lunchtraining 12:15-13:15 Uhr Waldegg, Rotkreuz (Mittwoch)	GF1 RLZ Grossfeld 13:15-14:30 Uhr Waldegg, Rotkreuz (Mittwoch)	GF2 RLZ Grossfeld U14 14:30-15:45 Uhr Waldegg, Rotkreuz (Mittwoch)	GF3 RLZ Grossfeld FU17 15:45-17:00 Uhr Waldegg, Rotkreuz (Mittwoch)	Skills SK1 RLZ Skillstraining 14:00-15:30 Uhr Schützenmatt, Zug (Mittwoch)	Skills SK2 RLZ Skillstraining 15:30-17:00 Uhr Schützenmatt, Zug (Mittwoch)
Donnerstag	ATHL2 RLZ Athletiktraining 07:30-09:00 Uhr D&R, Steinhausen (Dienstag)	MT-Z2 RLZ Morgentraining 07:30-09:00 Uhr Stadhale, Zug (Donnerstag)		MT-C4 RLZ Nachmittagstraining 15:30-17:00 Uhr Turnhalle Röhrlberg, Cham (Donnerstag)					
Freitag									

RLZ-Trainer 2026/2027:

Ludvig Eriksson
Theo Jonsson
Antti Ruokonen

Trainingshallen:

Cham - Turnhalle Röhrlberg
Rotkreuz - Waldegg
Zug - Stadthalle
Zug - Schützenmatt
Steinhausen - D&R Performance

Adressen:

Röhrlberg 1, 6330 Cham
Waldeggstrasse 11, 6343 Risch-Rotkreuz
General-Guisan-Strasse 2, 6300 Zug
Chamerstrasse 11, 6300 Zug
Sumpfstrasse 32, 6312 Steinhausen

* MU14 ist für die U14 von Zug United reserviert.

** FU17 ist für die U17 von Zug United reserviert. Auf Anfrage können Mädchen am Training teilnehmen.

Änderungen in Zeit und Örtlichkeit bleiben vorbehalten.

Trainerinnen und Trainer

Die Trainings werden durch qualifizierte Trainerinnen und Trainer von Zug United geführt.

Hinweise zu den Modulen

- Das Leistungszentrum behält sich vor, Umteilungen von Spielerinnen und Spielern innerhalb der Module vorzunehmen, um die Trainings zu optimieren.
- Wir bieten die Möglichkeit, wöchentlich alternierend zwischen einem GF- und SK-Modul abzuwechseln. In diesem Fall bitte je ein GF-Modul und ein SK-Modul ankreuzen. Umteilungen sind möglich.
- Die GF-Module sind auch bei Goalies sehr beliebt. Wir empfehlen Goalies, sich für ein SK-Modul sowie ein GF-Modul anzumelden, das heisst wöchentlich zu alternieren. Umteilungen sind möglich.
- Je nach Anmeldesituation können die Module inhaltlich und zeitlich angepasst oder zusammengelegt werden.
- Während der Schulferien sowie an Feiertagen finden keine Trainings statt. Es gilt der [Schulkalender des Kantons Zug](#).

Hinweise zur Anmeldung

- Die Anmeldekosten für die jeweiligen Module sind der untenstehenden Preisliste zu entnehmen.
- Die Sportschülerinnen und Sportschüler der KSK Cham werden in Absprache mit dem Sportkoordinator angemeldet.
- Spielerinnen und Spieler einer regionalen Auswahlmannschaft sollen dies auf der Anmeldung inklusive Talentcard-Nummer vermerken.
- Versicherung ist Sache der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.
- Bei Auflösung der Zusammenarbeit oder für nicht teilgenommene Trainings wegen Abwesenheit, Verletzung oder aus anderen Gründen erfolgt keine Rückerstattung.
- Die Anmeldung erfolgt online über Microsoft Forms. Die Verrechnung erfolgt per Mail.

Anmeldung via Microsoft Forms

Die Anmeldung für die RLZ-Trainingsmodule der Saison 2026/2027 erfolgt neu online über Microsoft Forms.

Anmeldelink:

[Anmeldung RLZ Zentralschweiz - Standort Zug – Formular ausfüllen](#)



Trainingsangebote / Tarife Saison 2026/2027

(Stand: 15.06.2026)

Die Preise verstehen sich in Schweizer Franken.

Teilnehmer-Kategorie	Morgentraining MT-Z1/Z2/C3 Nachmittagstraining MT-C4	Grossfeld GF1, GF2, GF3	Skills/Goalies SK1/SK2	Lunchtraining Lunch T1/T2	Athletik * ATHL1/ATHL2
	Preis pro Einheit Dienstag / Donnerstag Zug und Cham	Mittwoch Rotkreuz	Mittwoch Zug	Preis pro Einheit Montag Cham / Mittwoch Rotkreuz	Dienstag / Donnerstag Steinhausen
	«Generalabonnement»-Tarife für Sportschülerinnen und Sportschüler				Mindestens 1x obligatorisch
Mit Hauptlizenz bei einem ZSUV-Verein	1'600.00				450.00
	«Generalabonnement»-Tarife für andere				
Mit Hauptlizenz bei einem ZSUV-Verein	2'000.00				450.00
Ohne Hauptlizenz bei einem ZSUV-Verein	2'100.00				
	«Einzel»-Tarife (Preise pro Training)				
Für Zug United Spieler: U14 Männer / U17 Frauen	780.00	In Zug United Jahres-Mitgliedsbeitrag eingeschlossen		600.00	450.00
Für Spielerinnen und Spieler mit Hauptlizenz bei einem ZSUV-Verein	780.00	600.00		600.00	450.00
Für Spielerinnen und Spieler ohne Hauptlizenz bei einem ZSUV-Verein	980.00	800.00		800.00	450.00

* wird direkt durch D&R Performance verrechnet

* Das Athletiktraining wird direkt durch D&R Performance verrechnet.