

# FELIX & KONRAD

Newsmagazin des HC Rychenberg Winterthur

September 2025

**3 Eine Herkulesaufgabe**  
«Unihockey 2025» will das Schweizer Unihockey regional stärker verankern und international wieder den Anschluss finden lassen. Viel Arbeit wartet auf die Clubs.

**4 Weissbach & die jungen Wilden**  
Die NLA-Mannschaft verlor in der Abwehr viel Routine und Klasse. Neue Leader müssen sich herauskristallisieren. Einer von ihnen ist World-Games-Gewinner Oskar Weissbach.

**9 Der HCR goes Prague Games**  
Am grössten Juniorenturnier der Welt startet der HCR erstmals mit einem eigenen Team und überzeugt mit dem Vormarsch ins Viertelfinale.

**11 Der Spielerentwickler**  
Beim HCR war Dominik Heller einst ein zäher Verteidiger alter Schule. Seit seinem Abgang ist er für die Fortschritte von Jonas Talentschmiede mitverantwortlich.



Mit dem Gewinn des Cuptitels nimmt der HCR am diesjährigen Champions Cup teil.

## Unihockey Starensemble in Winterthur

Der HCR bekommt es bei seinem Champions-Cup-Abenteuer mit dem tschechischen Meister Mlada Boleslav zu tun. Der Finalist des Vorjahres bringt ein Starensemble mit nach Winterthur und ist eine hohe Hürde. Wir stellen Mlada Boleslav und sein Team näher vor.

**F**loorball Mlada Boleslav hat eine äusserst erfolgreiche Saison hinter sich. Im Champions Cup eliminierten die Tschechen zuerst den Schweizer Meister Zug United (3:1 und 10:4) und anschliessend den finnischen Cupsieger Nokian KrP (8:5 und 7:6). Als Belohnung wurde das Finalspiel nach Mlada Boleslav vergeben. Der Verein schaffte es in kürzester Zeit, die lokale Eishalle bis auf den letzten Platz zu füllen – vor ausverkauftem Haus (3328 Fans) wurde Pixbo IBK zumindest zwei Drittel lang Paroli geboten, bis der 9:6-Erfolg der Schweden Tatsache war. Es brauchte einen Oskar Weissbach in Hochform. Mit acht (!) Skorerpunkten sorgte er für den Unterschied.

Nach dem internationalen Silber holte sich «Bolka», wie Mlada Boleslav im Volksmund genannt wird (ähnlich wie «Winti»), im April in der heimischen Superliga Gold. Vor 14 509 Zuschauern in der Prager O2-Arena wurde Titelverteidiger Tatraň Střešovice mit 7:4 bezwungen.

### Die Macher aus der Autostadt

Nachdem Serienmeister Tatraň erst aus Ostrava (Vítkovice) Konkurrenz bekam, entwickelte sich auch das 1998 gegründete Mlada Boleslav in den letzten Jahren immer mehr zum Spitzenteam. Als Macher zeichnet sich dabei seit Jahren der General Manager Tomáš Pacák aus, dem es gelang, den Verein aus der Škoda-Stadt laufend mit ak-

tuellen und zukünftigen Stars zu verstärken. Als einer der wenigen Vereine der Superliga verfügt Mlada Boleslav auch über die finanziellen Möglichkeiten, ausländische Spieler zu verpflichten. So etwa letzte Saison die in der Schweiz bekannten Iiro Lankinen (ex Thurgau und Malans, mittlerweile weg) und Joakim Lund (ex WASA, noch da).

Mlada Boleslav ist seit 130 Jahren der Hauptsitz von Škoda. 1895 als Velofabrik gegründet, verliess im Jahr 1905 das erste Auto das Werk. Die Stadt zählt knapp 50 000 Einwohner, im Škoda-Hauptwerk sind rund 20 000 Menschen beschäftigt. Die Übersetzung von Škoda (deutsch: Schaden) mag für die populären Autos unglücklich klin-

## VORWORT

# Freude, die ansteckt

Liebe Mitglieder, Fans und Freunde des HC Rychenberg

Eigentlich hätte ich Anfang August in Prag auf der Tribüne sitzen und die Spiele unserer ersten Mannschaft gegen Top-Teams wie Falun oder Tatran Střešovice mitverfolgen können. Stattdessen stand ich in der Turnhalle auf dem Kerenzerberg. Und wissen Sie was? Ich habe es keine Sekunde bereut.

Neben dem Camp unserer U18- und U16-Leistungsteams betreute ich gemeinsam mit Flemming (FZ17) und Anna drei Tage lang eine bunte Truppe von Kindern aus verschiedenen Vereinen, Altersstufen und beiderlei Geschlechts. Sieben Trainings später war nicht nur der Ball, sondern auch mein Bürokörper ordentlich in Bewegung geraten (Schmerzen inklusive). Die Energie dieser Kinder steckt an und erinnerte mich daran, warum wir das alles eigentlich tun: wegen der Freude am Sport, am Miteinander und an den kleinen wie grossen Erfolgen im Team.

Denn unsere Arbeit, ob im Leistungs- oder im Breitensport, ist weit mehr als Tore und Tabellen. Wir vermitteln Werte: Fairplay, Respekt, Teamgeist. Wir schaffen Räume, in denen Mädchen und Buben spielen, lachen und lernen. Wir erleben, wie jemand stolz seinen ersten Trick zeigt oder wie eine Mannschaft nach einer Niederlage noch enger zusammenrückt. Das sind Momente, die weit über das Spielfeld hinaus wirken – und die Gesellschaft ein kleines Stück besser machen.

Das Camp hat mich daran erinnert, dass der Kern unseres Vereins nicht nur in den Spielen der ersten Mannschaft liegt, sondern in der Begeisterung, die wir schon bei den Jüngsten wecken. Diese Begeisterung wächst mit jedem Kind, das wir für unseren Sport gewinnen, und sie trägt unseren Verein in die Zukunft.

Darum: Ein grosses Dankeschön an alle Trainerinnen, Betreuer, Helferinnen, Helfer und Partner, welche diese Arbeit möglich machen. Ohne euch gäbe es all diese Geschichten nicht.

Mit frischer Motivation und viel Vorfreude starten wir in die Saison 2025/26, bereit für alles, was wir gemeinsam erreichen können.



Ich wünsche viel Lesevergnügen beim Blick auf die anstehende Saison und grossartige Geschichten aus unserem Verein.

Herzlich, **Mario Kradolfer**  
Geschäftsführer HC Rychenberg Winterthur



## IMPRESSUM

**Redaktion:** Anna Röthlisberger (arö), Noemie Lieske (nol), Mario Kradolfer (kra), René Bachmann (rab)

**Texte:** Ben Lippmann (bel), Christian Thiemeyer (cth), Cornelia Schindler (cos), Dave Mischler (dam), Dominic Wöcke (dow), Florian Heer (flo), Jan Furter (jaf), Janik Muffler (jam), Janne Strebler (jas), Jean-Luc Kühnis (jek), Marcel Hügli (mah), Matthias Lehner (mal), Nicolai Muff (nim), Niklas Rutz (nir), Raphael Mahler (mah), Samuel Eberle (sae), Simone Held (sih), Thomas Weber (twe), Thomas Ziegler (tzi), Tommy Ohlin (too), Werner Heiniger (weh), Damian Keller (dak)

**Fotos:** Annatina Frizzoni, Markus Aeschmann, Stefan Muggli

**Druck:** Printimo AG, Winterthur



gen, aber sportlich ist Florbal Mlada Boleslav längst daran, allen Gegnern massiven Schaden zuzufügen.

### Klasse, Erfahrung und Talent

Bei vielen Teams reicht es, die drei oder vier grössten Stars vorzustellen, mit denen das Spiel ihrer Mannschaft steht und fällt. Bei Mlada Boleslav kommt man damit nicht weit. Wir teilen in Gruppen ein.

### Die Internationalen

An den World Games in China stellte Bolka mit Torhüter Lukáš Bauer (in jungen Jahren zwei Saisons bei Grünematt), den Verteidigern Adam Hemerka und Filip Zkonov sowie den Stürmern Adam Delong und Dominik Beneš ein Quintett, das Bronze gewann und dabei die Schweiz im kleinen Final deutlich schlug. Mit Jiří Besta steht ein weiterer Nationalspieler im Kader, der die letzte WM bestritt. Der für die World Games aufgebotene Lukáš Punčochář verliess den Verein in Richtung SSL – ein Hindernis weniger für den HCR.

### Die Altinternationalen

Neben dem halben Dutzend aktueller Nationalspieler stellt Mlada Boleslav viel zusätzliche Routine. Die Ü50-Fraktion um Patrik Suchánek (34), Milan Tomašik (37) – beide mit IBK Dalen einst im SM-Finalen – und Martin Tokoš (34, ex Chur und Falun) bringt nichts aus der Ruhe. Tomašik war letzte Saison der fünftbeste Skorer der Superliga.

### Die Youngsters

Am anderen Ende der Altersskala finden wir ein halbes Dutzend U19-Internationale, die im Mai in Zürich die Schweiz im Halbfinal auseinandernahmen und im Final gegen Finnland erst in der Verlängerung am dritten U19-WM-Titel vorbeischrämten. Dabei gehörten die 18-Jährigen Martin Feigl, Jakub Vařecha und Filip Bergman schon letzte Saison zu den Stammkräften in der Superliga, während der ein Jahr jüngere Mikeš Motežik, in Zürich ins Allstar-Team gewählt, bis jetzt noch gar nicht offiziell zum Kader gehört. Die «Bolka Academy» produziert hochwertigen Nachwuchs am Fließband.

### Zum Dessert

Welcher der bisher erwähnten Cracks war letzte Saison wohl Mlada Boleslavs Topscorer? Achtung, Fangfrage: Es war keiner von ihnen. Michal Sládek (25) buchte in 35 Ligapartien 50 Tore und belegte mit 70-Quali-Punkten Rang 3 der Skorerliste.

Auf Rang 1 platzierte sich Stürmer Vojtěch Wiener, der für das Mittelfeldteam Liberec sogar 82 Punkte sammelte. Und wo spielt der 22-Jährige in der neuen Saison? Natürlich bei Mlada Boleslav. Der hat gerade noch gefehlt.



## VIERTELFINALE

<p><small>HINSPIEL</small></p> <p><b>HCR VS. FLORBAL MB</b></p> <p><b>Sa, 20. September</b></p> <p>18:00 Uhr</p> <p>AXA Arena</p>	<p><small>RÜCKSPIEL</small></p> <p><b>FLORBAL MB VS. HCR</b></p> <p><b>Sa, 27. September</b></p> <p>18:00 Uhr</p> <p>MSH Mlada Boleslav</p>
---	---

Champions Cup Tickets gibt es unter [hcr.ch/tickets](https://hcr.ch/tickets) (Saisonkarten und Mitgliederkarte gelten auch für die Champions Cup Spiele.)



## VEREIN

## Swiss Olympic konform

Mit der 42. Generalversammlung wurde das Vereinsjahr 2024/25 abgeschlossen. Die Statuten wurden neu gemäss den Vorgaben von Swiss Olympic angepasst.

Die diesjährige Generalversammlung fand erstmals nicht am Materialtag statt. Dennoch war die Lounge in der AXA Arena sehr gut gefüllt.

Auf der Traktandenliste standen zwei zentrale Punkte. Zum einen ging es um die Statutenänderung gemäss den Vorgaben von Swiss Olympic. Für uns bedeutet dies konkret, dass die maximale Amtszeit im Clubvorstand zwölf Jahre betragen darf, respektive 16 Jahre bei dessen Präsident:in. Zudem sollen im Vorstand beiderlei Geschlecht angemessen vertreten sein, im Verein die Ethik-Charta anerkannt werden und in allen Bereichen für Transparenz gesorgt sein. Der Antrag zur Statutenänderung wurde ohne Diskussion einstimmig angenommen. Damit sicherten wir dem HCR weiterhin die wertvollen J+S-Gelder.

Als zweiter zentraler Punkt stand die Erhöhung der Mitgliederbeiträge für die Nachwuchs-Leistungsteams an. Diese Massnahme machten beispielsweise das erweiterte Athletik-Angebot, der Einsatz eines professionellen Video-Analyse-Tools für Auswertungen sowie die gestiegenen Kosten im Spielbetrieb und beim Transport nötig. Mit grosser Mehrheit (eine Gegenstimme) folgte die Versammlung dem Antrag des Vorstandes zur moderaten Beitragserhöhung.

### Die Finanzen bleiben im Lot

Die Jahresberichte aus den einzelnen Ressorts standen wie gewohnt online zur Verfügung und wurden ohne Gegenstimmen genehmigt. Die Finanzzahlen präsentierte Herbert Schwerzmann souverän. Das Vereinsjahr schloss mit einem Gewinn von rund 27'000 Franken ab. Der Gewinn war vor allem auf die erfolgreiche Durchführung der Euro Floorball Tour im September 2024 zurückzuführen. Der Bericht wurde einstimmig genehmigt, verbunden mit der Décharge für den Vorstand. Wir bedanken uns nochmals herzlich bei allen, die zu diesem positiven Ergebnis beitrugen. Das Budget für die kommende Saison sieht eine schwarze Null vor und wurde ebenfalls ohne Gegenstimme angenommen.

Erfreulich ist, dass sich alle bisherigen Vorstandsmitglieder für eine weitere Amtszeit zur Verfügung stellten und einstimmig gewählt wurden.

Den gemütlichen Abschluss bildete ein Apéro, bei dem uns Ehrenmitglied Ruedi Winkler mit köstlichen Nussgipfeln verwöhnte. Ein süsser Ausklang und ein herzliches Dankeschön an alle, die zum Gelingen dieses besonderen Abends beitrugen.

VEREIN

# Unihockey 2025 – Reform mit Weitsicht

Mit «Unihockey 2025» will Swiss Unihockey den Bereich Nachwuchs in einem mutigen und ambitionierten Vorschlag neu positionieren – regional verankert, international anschlussfähig, besser abgestimmt zwischen Breiten- und Spitzensport und durchgehend professioneller. Das Herzstück des Vorhabens ist die Einführung von Zentrumsvereinen, welche zusammen mit regionalen Partnervereinen die leistungsorientierte Nachwuchsförderung koordinieren.

## Was Unihockey 2025 vorsieht

Das Konzept ist umfangreich, doch die Kerngedanken lassen sich in einige klare Punkte zusammenfassen:

**Regional verankert:** Zentrumsvereine als regionale Motoren des Leistungssports. Rund 16 solche Vereine in der ganzen Schweiz, mit klaren Leistungsvereinbarungen, Partnerschaften mit umliegenden Vereinen und Koordination der Talentförderung in einer definierten Region.

**International anschlussfähig:** Künftig orientieren sich die Alterskategorien an den Stufen der Nationalteams, sprich: U19 und U17, U15 und U13 (Potentialunihockey) sowie U11 und U9 (Kinderunihockey). Bei den Männern soll darüber hinaus eine neue Kategorie U23 als Bindeglied zu den Aktiviligen eingeführt werden, bei den Frauen eine Integration in die U21 erfolgen.

**Professionalisierung:** Bis 2034 sollen pro Zentrumsverein mehrere Vollzeitstellen für den Nachwuchsbereich geschaffen werden.

**Langfristige Ausbildung vor kurzfristigem Erfolg:** Abschaffung des sportlichen Auf- und Abstiegs.

**Mehr Spielzeit:** Längere Saison und neuer Playoffmodus.

**Neue Formate:** Fliessender Übergang vom Kleinfeld aufs Grossfeld. In der U13 soll parallel zu einer Kleinfeldmeisterschaft auch Spieltage auf Powerfeld (4:4) und Minifeld (2:2) durchgeführt werden.

Das Ziel ist die Chancengleichheit für alle Talente, unabhängig von Herkunft oder Vereinszugehörigkeit, und eine nachhaltige Stärkung des Leistungssports, ohne den Breitensport zu schwächen.

Der HC Rychenberg Winterthur unterstützt diese Stossrichtung **vollumfänglich**, gerade auch weil die Reform für Frauen und Männer gleichzeitig umgesetzt werden soll. Das ist ein starkes und richtiges Signal.



## HCR als künftiger Zentrumsverein?

Als Männer-Spitzenverein und Nachwuchsförderer in Winterthur sehen wir im Konzept sehr viele richtige Ansätze. Wir bewerben uns selbstbewusst als Zentrumsverein. Unsere Infrastruktur, unser Trainerstab und unsere Nachwuchsarbeit sind bereits heute auf einem hohen Niveau.

Winterthur ist eine Unihockeystadt und in Zusammenarbeit mit Vereinen aus der Region könnten wir gemeinsam noch mehr bewirken.

«Das Konzept Unihockey 2025 stellt hohe Erwartungen an zukünftige Zentrumsvereine. Als HC Rychenberg möchten wir einen solchen Zentrumsverein werden, erkennen jedoch die grossen Herausforderungen besonders in den Bereichen Personal und deren Finanzierung.» – Mario Kradolfer, Geschäftsführer HC Rychenberg Winterthur

## Von der ambitionierten Idee zur realistischen Umsetzung

Als HCR erkennen wir viele Chancen, aber genauso Punkte, bei denen wir realistische Anpassungen fordern, damit die Umsetzung nicht nur ambitioniert, sondern auch machbar ist. Wir wollen, dass das Konzept nicht nur auf dem Papier gut aussieht, sondern auch in der Praxis funktioniert. Deshalb brachten wir bei der Vernehmlassung im Juli einige Punkte ein, die aus unserer Sicht entscheidend für den Erfolg sind:

**Realistische Finanzierung:** Der HCR will eine nachhaltige Finanzierung des Vereins sowie der Liga und dies unter Berücksichtigung von standortspezifischen Rahmenbedingungen.

**Qualität vor Qualifikation:** Unser Ziel sind fachlich und persönlich geeignete Mitarbeitende an allen Wirkungsorten. Ehrenamtliche Engagements bleiben ein zentraler Pfeiler und müssen auch in professionelleren Strukturen geschätzt werden.

## Fazit: Reform als Chance – wenn sie praxisnah bleibt

Unihockey 2025 ist ambitioniert. Es wird uns fordern, finanziell, organisatorisch und sportlich. Aber genau deshalb ist es wichtig. Wir wollen, dass unsere Talente die besten Chancen haben, einerlei ob sie in Winterthur oder in einem kleinen Dorfverein beginnen.

Wir werden diese Reform aktiv mitgestalten, indem wir diskutieren und optimale Lösungen finden. Denn am Ende geht es um mehr als Strukturen und Tabellen. Es geht um die Zukunft des Sports unserer Kinder und Jugendlichen.

## DER WEG BIS ZUR ENTSCHEIDUNG

**3. August 2025: Ende der Rückmeldungsphase**

**15. September 2025: Veröffentlichung des endgültigen Konzepts**

**22. November 2025: Entscheid an der Delegiertenversammlung**

VEREIN

## Gemeinsam für unsere neue Trainingshalle – viele Hände, ein Werk



Und wieder weht ein Pioniergeist durch die Unihockeystadt Winterthur. Die neue Sporthalle Sulzerallee entsteht. Für die bevorstehenden Entrümpelungsarbeiten werden aus allen drei Winterthurer Unihockeyvereinen Helferinnen und Helfer zusammenkommen – unter ihnen ein ganzes HCR-Team. Mats Lehner, Architekt der Halle und Vorstandsmitglied des HCR, lobt die harmonische Zusammenarbeit der Clubs. Die vielfältige Fachkompetenz, die das Projekt erfordert, kann der eigens gegründete Verein Sporthalle Sulzerallee zu einem guten Teil selber abdecken. Dieser zeigt sich denn auch erfreut über das entgegengebrachte Vertrauen und die positive Resonanz. Für ihre grosszügige finanzielle Unterstützung besonders dankbar, ist der Verein der Schmidhauser Stiftung. Sobald die Baugenehmigung vorliegt, kann der Traum Wirklichkeit werden, und die Halle wird ab nächstem Sommer dem Sport zur Verfügung stehen.

## Aktuelle Infos auf

Insta: @sporthalle\_sulzerallee und unter [sporthalle-sulzerallee.ch](https://www.sporthalle-sulzerallee.ch)



VEREIN

## HCR-Doku

Januar 2024: Der HCR steht im Cupfinal und an der Tabellenspitze. Könnte nach 28 Jahren endlich ein Titel gelingen? Wir, Filmemacher Etienne Ettlinger und Journalist Raphael Mahler, wollten diese historische Reise festhalten. Mit grosser Euphorie begleiteten wir das Team mit der Kamera, führten Interviews und träumten von der perfekten Story.

Doch bald folgte Ernüchterung: Cup-Debakel gegen Zug und Playoff-Aus im Viertelfinal. Trotzdem hielten wir fest, was Sport so faszinierend wie brutal macht. Über 300 Filmstunden später wissen wir: Es hat sich gelohnt. Unser Film zeigt nicht nur den ersten Vereinstitel seit 29 Jahren, sondern auch Vereinsleben und die Bedeutung des Sports in Winterthur.

Während wir die Dreharbeiten ehrenamtlich leisteten, sind wir für die Postproduktion und die geplante Kinovorstellung froh um jede Unterstützung. Bist du von unserer Filmidee begeistert und möchtest uns finanziell unterstützen oder kennst jemanden, der als Sponsor in Frage kommt? Dann melde dich unter: [marketing@hcrychenberg.ch](mailto:marketing@hcrychenberg.ch)

NLA

# Ein defensiver Umbruch und Oskar Weissbach

Der HC Rychenberg steht vor einer richtungsweisenden Saison. Nach einem Umbruch im Kader, der insbesondere die Defensive betrifft, liegt der Fokus auf der Integration junger Talente und der kontinuierlichen Weiterentwicklung des Teams. Die Mischung aus erfahrenen Leistungsträgern und vielversprechenden Nachwuchsspielern soll die Mannschaft in die Playoffs führen und sie dort für Überraschungen sorgen lassen.

## Kaderveränderungen: Neue Gesichter in der Defensive

Die Defensive wurde im Sommer stark umgekrempelt. Einige langjährige Stützen verliessen den Verein, was die Trainer und uns Sportchefs vor die Aufgabe stellte, die entstandenen Lücken zu füllen. Es wird versucht, Stabilität und neue Impulse in die Abwehr zu bringen. Die Defensive ist nun jünger und dynamischer, aber auch unerfahrener. Für ein erfolgreiches Gelingen wird entscheidend sein, wie schnell sich die neuen Spieler in das System integrieren und ein funktionierendes Abwehrbollwerk bilden.

## Talentförderung im Fokus

Ein zentrales Thema der Saison ist die Förderung der eigenen, jungen Spieler. Der HCR hat in den letzten Jahren viel in seine Nachwuchsabteilung investiert und die Früchte dieser Arbeit sollen nun ein erstes Mal geerntet werden. Mehrere Talente aus dem eigenen Nachwuchs rücken in die erste Mannschaft auf und sollen schrittweise ans höchste Schweizer Unihockeyniveau herangeführt werden. Das Ziel ist es, ihnen wertvolle Spielpraxis zu geben, damit sie sich entwickeln und langfristig zu Leistungsträgern reifen können. Der HCR setzt hier auf eine nachhaltige Strategie, um nicht nur kurzfristig erfolgreich zu sein, sondern auch eine starke Basis für die Zukunft zu schaffen.

## Oskar Weissbach: Der Top-Transfer als Wegbereiter

Ein Höhepunkt der Transferperiode war zweifellos

die Verpflichtung von Oskar Weissbach. Der Top-Transfer bringt nicht nur herausragende spielerische Qualitäten, sondern auch viel Erfahrung mit, trotz seiner erst 25 Jahre. Weissbach soll nicht nur als Torgarant fungieren, sondern auch eine Führungsrolle übernehmen. Insbesondere die jungen Spieler können von seiner Expertise profitieren. Er soll als Mentor wirken, ihnen im Training und auf dem Feld zur Seite stehen und ihnen zeigen, was es braucht, um auf höchstem Niveau erfolgreich zu sein. Seine Anwesenheit könnte der entscheidende Faktor sein, um die Entwicklung der Nachwuchstalente zu beschleunigen.

## Saisonziel: Playoffs als Meilenstein

Das erklärte Saisonziel des HCR ist es, die Playoffs zu erreichen. Der Weg dorthin wird kein einfacher sein, da die Liga sehr ausgeglichen und die Konkurrenz stark ist. Dennoch ist der Glaube an die eigene Stärke und an das Potenzial des Kaders gross. Der HCR muss sich Schritt für Schritt verbessern, die Abläufe optimieren und als Mannschaft zusammenwachsen. Jedes Spiel wird eine Gelegenheit sein, zu lernen und sich weiterzuentwickeln. Sofern es dem Team gelingt, die jungen Spieler erfolgreich zu integrieren und die Defensive zu stabilisieren, stehen die Chancen gut, dass der HCR in den Playoffs eine Rolle spielen kann. Ein mögliches Überraschungsmoment in der K.o.-Phase wäre der verdiente Lohn für die Arbeit und die Fokussierung auf die nachhaltige Entwicklung des Teams. Geduld und Wille sind gefragt. tzi

NLA

## HERZLICH WILLKOMMEN



Maël Marthaler Maxime Perroulaz Dani Jaaranen



Oskar Weissbach Kimmo Reich Julian Egli



Loic Ammann Nils Boman

## Vier kommen, vier schnuppern, vier gehen

Jedes Jahr erhält der HC Rychenberg zu Beginn der Vorbereitung einen neuen Anstrich. So auch diesmal. Nicolas Schüpbach und Captain Nils Conrad beenden ihre Spielerkarrieren, derweil Markus Lindgjerdet und Nicola Bischofberger weiterzogen. Auf diese vier Abgänge in der Defensive reagierte der HCR nicht mit 1:1-Transfers, wie viele erwartet hatten.

Mit Maël Marthaler (20, LASB) und Maxime Perroulaz (24, Fribourg) verpflichtete er bloss einen Verteidiger und einen Torhüter. Dani Jaaranen (18, Nokia) und vor allem der spätestens seit seinen acht Skorerpunkten im Final des Champions Cups 2025 weltbekannte schwedische Nationalspieler Oskar Weissbach (25, Pixbo) sollen derweil mithelfen, die Offensive anzukurbeln.

Zudem schnuppern gleich vier HCR-Nachwuchsspieler Luft in der 1. Mannschaft. Kimmo Reich (18), Julian Egli (18), Loic Amann (18) und Nils Boman (19) haben die Chance sich im Kader zu beweisen.

Die potentiellen defensiven Lücken sollen Spieler schliessen, die mehr Verantwortung übernehmen. Und womöglich schafft ja auch eines der Talente aus der eigenen Talentschmiede den frühen Durchbruch. rab

VEREIN

## Fondue-Abend

Auch in der kommenden Saison servieren wir in unserer HCR-Lounge an zwei NLA-Heimspielen einen stimmungsvollen Fondue-Abend. Nutze die Gelegenheit, um Mitarbeiter, Geschäftspartner oder Freunde in familiärer Atmosphäre zu einem spannenden Unihockey-Spiel auf höchstem Niveau einzuladen.

Über den QR-Code kannst du deinen 4er- oder 8er-Tisch direkt buchen.



italienisch. wetterfest. stilvoll.

Armlehnstuhl  
Nardi Trill Armchair  
CHF 84.50

Tisch  
Nardi Rio Alu 210  
ab CHF 998.00

**HOFMANN**  
Gartenleben  
hofmangartenleben.ch

NLA

## Athletik und eine neue Defensiv-Idee



Der HC Rychenberg legte in der Saisonvorbereitung den Schwerpunkt auf die Physis. Statt vieler Einheiten mit Stock und Ball standen Sprintraining, Leichtathletik, Yoga und polysportive Inhalte im Fokus. Ziel war es, die körperliche Basis zu verbessern und Verletzungen vorzubeugen. Gleichzeitig arbeitete die Mannschaft an einer neuen Defensividee: Aktiver verteidigen, mehr Ballgewinne erzwingen, das erfordert viel Abstimmung, bringt aber mehr Tempo und Attraktivität ins Spiel. Die Trainingsbeteiligung war gut, auch die Spieler aus dem Förderkader waren konstant dabei. Ein erstes Testspiel gegen GC diente zur Standortbestimmung, wobei noch nicht alles rund lief. Das Czech Open bot die Chance, weitere Fortschritte zu machen und sich gegen starke Gegner einzuspielen. seb

NLA & U21

## Czech Open 25

Nach einigen Jahren Pause war der HC Rychenberg wieder am Czech Open zu Gast. Mit NLA und U21 reiste gleich doppelte Power nach Prag – mit dem Ziel, sportlich zu überzeugen und den Zusammenhalt zwischen den Teams weiter zu festigen.

**D**ie Uhr zeigte 5:00 Uhr, als sich die U21- und die NLA-Spieler des HC Rychenberg gemeinsam im Bus auf den Weg nach Prag machten. Nach der Ankunft am Mittwochabend stand ein gemeinsames Training auf dem Programm – ein letzter Feinschliff, bevor es ernst wurde.

Auf dem Feld traf der HCR in der Pro- beziehungsweise in der Elite-Kategorie auf Gegner aus Schweden, Finnland, Tschechien und Deutschland. Am Abend des ersten Turniertags folgte ein gemeinsames Essen, eine willkommene Gelegenheit, Kräfte zu sammeln und die ersten Partien gemeinsam zu reflektieren.

Die Spiele boten wertvolle Erkenntnisse für die bevorstehende Saison. Auch abseits des Spielfelds konnten die Spieler gemeinsame unvergessliche Momente erleben und somit den Teamgeist stärken. Am Sonntagabend, kurz vor Mitternacht, kehrten beide Mannschaften voller Motivation für den letzten Teil der Saisonvorbereitung nach Winterthur zurück.



**KSW** Kantonsspital Winterthur

swiss olympic Approved

**medbase** SPORTS MEDICAL CENTER

## Medbase Winterthur WIN4 Dein Partner für Medizin und Sport

Allgemeinmedizin | Sportmedizin | Sportorthopädie Physiotherapie  
Osteopathie | Medizinische Massage | Leistungsdiagnostik

Medbase ist Medical Partner des HC Rychenberg  
Medbase Winterthur WIN4 | Grüzefeldstrasse 32 | 8400 Winterthur | www.ksw.ch | www.medbase.ch



## HCR1000

Der HCR1000 ist die Gönnergemeinschaft, die Sport- und Unihockeybegeisterten eine interessante Plattform bietet und gleichzeitig alle Teams des HC Rychenberg Winterthur finanziell unterstützt. Dazu gehört unter anderem die Förderung des Leistungssports sowie die Unterstützung von Nachwuchsprojekten wie dem Kids-Camp, Verpflegung bei Auswärts-spielen oder Teilnahme an Turnieren.

Scannen Sie jetzt den QR-Code für weitere Informationen und das Anmeldeformular zur Mitgliedschaft im HCR1000.



NACHWUCHS LEISTUNGSSPORT

# Vieles ist eine Frage der Mentalität

**N**ach einer Saison ohne grossen Exploit wollen unsere Nachwuchs-Leistungsteams wieder angreifen. Unter teils neuer Leitung nehmen sie die Herausforderung an, sich mit den besten Teams der Liga zu messen. Ein zentrales Ziel bleibt, die HCR-Spielphilosophie weiter zu festigen und auf allen Stufen eine klare Handschrift erkennbar zu machen.

Trotz personeller Veränderungen setzen wir weiterhin auf Kontinuität. Martin Oesch startet bereits in seiner neunte (!) Saison als Headcoach der U16A. Tero Kotilainen hat sich sehr gut eingelebt und übernimmt erneut die Verantwortung für die U21A. Zusätzlich bringt er sein Know-how als Assistententrainer im L-UPL-Team ein. Besonders erfreulich ist, dass mit Johan Salomonsen (U14A) und Raphael Mahler (U18A) zwei langjährige Assistenten neu als Headcoaches ihre Teams übernehmen. Sie kennen die Strukturen sehr gut und können nun eigene Impulse setzen.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt in dieser Saison auf dem Mindset. Die Spieler sollen mit gezielten Methoden lernen, in herausfordernden Situationen ihr bestes Unihockey abzurufen. Inspiration liefert dabei der starke Auftritt des L-UPL-Teams beim diesjährigen Cup-Sieg.

Erneut steht allen Teams eine intensive Saison bevor. Wir möchten uns weiterentwickeln und freuen uns auf die Herausforderungen.

nim



VEREIN

## Frühlingscamp 2026

Der HC Rychenberg lädt alle unihockeybegeisterten Kinder und Jugendliche zu einer Woche voller Spiel, Spass und Teamgeist ein. Trainiere mit Gleichaltrigen, feile an deiner Technik und verbessere deinen Schuss. Auch Kinder aus umliegenden Vereinen sind herzlich willkommen.

Das Herbstcamp 2025 ist bereits komplett ausgebucht, doch im Frühlingscamp 2026 sind noch Plätze frei.

**Jetzt via QR-Code anmelden und Teil einer sportlichen Woche werden.**



### Eckdaten

Datum: Montag 20. – Freitag 24. April 2026  
 Zeit: 9 bis 16 Uhr  
 (Zusatzbetreuung 8 – 17:30 Uhr möglich)  
 Ort: AXA Arena, Winterthur  
 (evtl. Sporthalle Oberseen und Deutweg)  
 Alter: Jahrgänge 2010 bis 2018  
 Für: Jungs und Mädchen  
 Kosten: CHF 300.–  
 inkl. Mittagessen, Zwischenverpflegung, Trainingsshirt und Trinkflasche



U14

## Wille, Ehrgeiz und Spass

Die neu formierte U14A-Mannschaft zeigte während den Trainingstagen in Illnau anfangs August und an den darauf folgenden SwissGames in Amriswil enormen Ehrgeiz und einen Riesenwillen, diese Saison etwas Grosses zu erreichen. Mit Lernbereitschaft und Spass entwickelte sich das Team von Tag zu Tag weiter. Der zweite Platz an den SwissGames zeigte, dass der eingeschlagene Weg stimmt. Das Erreichte ist der bisherige Lohn für die harte Arbeit, denn das Team macht Dinge, die andere nicht tun.

cth



VEREIN

## 3. HCR 5-Kampf!

Am Donnerstag, dem 6. November 2025 ist es wieder so weit: Der 3. HCR 5-Kampf steht an! In fünf spannenden Disziplinen zeigen unsere Spieler ihr Können und ihre Geschicklichkeit und kämpfen um möglichst viele Punkte. Doch die Athleten sind nicht nur in der Halle gefordert. Schon im Vorfeld suchen sie persönliche Sponsoren, die sie tatkräftig unterstützen, sei es mit einem Beitrag pro Punkt oder sei es mit einer Pauschale. Jede Unterstützung zählt. Im September erhalten alle Mitglieder die Informationen zum Ablauf und zur Teilnahme.

Herzlichen Dank für die Unterstützung.



## Offene Lehrstellen 2026



Jetzt bewerben  
[azw.info](http://azw.info)



- \_\_\_\_\_ Anlagen- und Apparatebauer:in EFZ
- \_\_\_\_\_ Automatiker:in EFZ
- \_\_\_\_\_ Elektroniker:in EFZ
- \_\_\_\_\_ Entwickler:in digitales Business EFZ
- \_\_\_\_\_ Fachfrau/Fachmann Betriebsunterhalt EFZ
- \_\_\_\_\_ Informatiker:in EFZ
- \_\_\_\_\_ Kauffrau/Kaufmann EFZ
- \_\_\_\_\_ Konstrukteur:in EFZ
- \_\_\_\_\_ Logistiker:in EFZ
- \_\_\_\_\_ Polymechaniker:in EFZ
- \_\_\_\_\_ Produktionsmechaniker:in EFZ

Bei uns lernst du bei den besten Firmen.



Bildung fürs Leben.



U18 & U16 & FZ17

# Trainingslager in Filzbach

Zum zweiten Mal nutzten drei Teams des HCR die Gelegenheit für ein Trainingslager im Sportzentrum Kerenzerberg.

**D**ie modernen Zimmer mit Blick auf den Walensee boten den Spielern ideale Möglichkeiten zur Erholung zwischen den Trainingseinheiten. Für das leibliche Wohl sorgte das Restaurant des Sportzentrums stets zuverlässig.

Die Ziele des Trainingslagers waren eindeutig: Die Spieler bestmöglich auf die bevorstehende Saison vorzubereiten und den Teamgeist zu stärken. Die Einheiten waren intensiv und herausfordernd, mit klarem Fokus auf Technik, Taktik und Teambuilding. röa



## U18: Ein Sieg, ein Grillabend und eine Plackerei

Freitagmorgens um 7 Uhr startete das Abenteuer Trainingslager in Filzbach. Drei HCR-Teams, perfektes Wetter und traumhaftes Panorama – fast zu schön, um ans Schwitzen zu denken. Kaum angekommen, folgten erste Trainings. Am Samstag bestritt die U18-Mannschaft ihr erstes Testspiel gegen Malans. Es entpuppte sich wie erwartet körperbetont und hart, ging jedoch für uns erfolgreich zu Ende. Highlight danach: Grillabend mit Würsten, Ge-

sprächen und Fördern des Teamgeists. Nur die frühe Bett-ruhe passte nicht zu uns nachtaktiven Jugendlichen. Am Sonntag folgte der mental härteste Teil: Der steile Lauf auf den Kerenzerberg und im Anschluss noch das Abschluss-training. Erschöpft, mit Muskelkater, aber voller guter Erinnerungen ging es zurück nach Winterthur.



## U16: Teamgedanke von A bis Z

Auch dieses Jahr hatte unsere U16A-Mannschaft das Vergnügen, sich in Filzbach sportlich und taktisch weiterzubilden. Mit grossem Elan wurde immer wieder diskutiert, wie wir unseren Zielen Schritt für Schritt näherkommen

können. Dabei fiel auch oft, was unsere Trainer stets betonten, dass ohne einen grossen Teamgeist und ohne richtigen Teamgedanken nichts geht. Jeder Fortschritt muss als Team erreicht werden. Das Team ist die Basis jeden Erfolges. So die Trainer. Doch jede Erfolgsphilosophie muss gelebt werden, wie unsere Spieler auch bei einer «teamgerichteten» Getränkewahl bewiesen. bel



## FZ17: Exklusives Camp

Der HCR veranstaltete gemeinsam mit Flemming Kühl, Namensgeber des FZ17 Camps und ehemaliger HCR-Spieler, ein Trainingslager für unihockeybegeisterte Kinder. Im Mittelpunkt standen Spielspass, Schusstechniken und taktisches Training.

Die 16-köpfige, bunt gemischte Truppe zeigte nicht nur beim Unihockey ihr Können, sondern auch beim HCR-Bingo, beim «Werwölfe» und beim Filmen spektakulärer Trick-Shots. Dabei hatten alle jede Menge Freude und zeigten Teamgeist sowie Kreativität.

Ein herzliches Dankeschön an Flemming für dein grossartiges Engagement! arö

**Nur das SAUBeste für die Besten!**

zu den Produkten

sports and underwear

@sportsandunderwear.ch #sauleemascot #sauleemascot

**HIER SCHLÄGT DAS HERZ DER MIGROS**

**Wir fördern Teamgeist.**

Kulturprozent

Das Migros-Kulturprozent ist Teil des gesellschaftlichen Engagements der Migros-Gruppe: [engagement.migros.ch](https://engagement.migros.ch)

**UPDATE fitness**

**Ein Abo – alles inklusive für nur CHF 699**

- über 80 Standorte in der Schweiz
- persönliche Trainingseinführung & Betreuung
- individueller Trainingsplan
- Online Fitness

**TESTE UNS 2 WOCHEN KOSTENLOS**

**Online einlösen**  
**Gutscheincode: HCR25**  
Gültig bis 31. Mai 2026

[update-fitness.ch/2-wochen-gratisabo](https://update-fitness.ch/2-wochen-gratisabo)

JUNIOREN

# Kontinuität gepaart mit zwei neuen Teams

Die Juniorenteams bestritten ihre Saisonvorbereitung mit ausreichend vielen Trainern und einer Vielzahl an Spielern. Etliche Testspiele wurden gespielt, so die Vorbereitungsturniere für D- und E-Junioren in der AXA Arena. Nun kann die Meisterschaft kommen.



Der HCR stellt unverändert ein Schnupperunihockey für die Kleinsten (Jahrgänge 2020 und 2019), ein sehr grosses F-Juniorenteam (bisher «Unihockeyschule»), sowie je vier E- und D-Juniorenteams. Die Freude am Unihockey und die Ausbildung stehen bei allen Teams im Vordergrund. Es sind einige teamübergreifende Trainings- und Spielhalbtage geplant, sodass die Spieler voneinander profitieren können und nebenbei das Vereinsgefühl gestärkt wird.

Zu den bisherigen Teams kommt ein neues hinzu. Im Frühling gründete der HCR versuchsshalber ein Team E-Start. Dieses ist für Kinder mit Jahrgang 2016 und 2017 vorgesehen, die mit Unihockey starten wollen. Das Training können alle interessierten Kinder ganzjährig nutzen, ausdrücklich ohne dass sie Vereinsmitglieder sein oder Verpflichtungen eingehen müssen. Eine Anschlusslösung für die Altersstufe D ist angedacht, kann aber nicht allen garantiert werden. Der Verein beabsichtigt, Kindern dank «E-Start» vermehrt und ganzjährig den Einstieg ins Unihockey zu ermöglichen.

#### UBN wird ins D-plus eingebunden

Auch bei den D-Junioren gibt es eine Neuerung, allerdings «nur» im Meisterschaftsbetrieb. Die vier Teams sind sehr gross, was für die Trainings überaus erfreulich

ist. Für die Meisterschaft sind sie hingegen zu gross. Dem HCR kam daher sehr gelegen, dass ihn der Verband anfragte, mit einem Auswahlteam in einer Spitzengruppe teilzunehmen. Zu den vier «regulären» Teams kommt im Meisterschaftsbetrieb ein fünftes hinzu, das D-plus. In der Gruppe des D-plus sind die Fahrzeiten länger. Sie verspricht dafür spannende Spiele auf hohem Niveau.

Der HCR beabsichtigt, starke Spieler aus den regulären Teams alternierend im D-plus einzusetzen. Im Gegenzug setzen diese Spieler in ihrem gewohnten Team auch mal aus, was allen anderen Spielern mehr Einsatzzeit ermöglicht und ihnen erlaubt, sich als Leader zu beweisen.

Mit Unihockey Bassersdorf Nürensdorf wiederum vereinbarte der HCR, dass die Zürcher Unterländer ins D-plus eingebunden sind und etwa drei Spieler pro Runde stellen. Diese Kooperation wird für beide Clubs eine gute Erfahrung sein, gerade im Hinblick auf die anstehende Reform im Nachwuchsbereich des Schweizer Unihockey. Koordiniert und betreut wird die Mannschaft primär von Michi Bürgin, Beni Dössegger, Lukas Nabold und Mats Lehner.

Auf eine erfreuliche Saison!

**Mats Lehner**  
Sportchef Junioren

#### JUNIOREN D ROT

## Alphabetische Trikot-Jagd

Grundsätzlich ein normales Training in der Turnhalle Rennweg. Wir haben Juni und die Vorbereitung auf die neue Saison hat begonnen. Und dazu gehören auch die neuen Matchshirts. Am Ende des Trainings werden diese «verteilt», so dass es eben doch kein normales Training ist. Dem Alphabet des Vornamens nach, beginnend bei A, dürfen die Spieler ihr Trikot wählen, entscheidend für sie natürlich die Rückennummer. Zu guter Letzt sind alle mehr oder weniger mit ihrer Wahl zufrieden. Da unsere Jungs teilweise schon gross sind, müssen wir noch über die Shirtgrössen verhandeln. Doch auch dies wird sich noch regeln.

twe



#### JUNIOREN D WEISS

## Der richtige Winkel

Training, Teamwork und Spielspass. Der Goalie lernt, durch Winkelverkürzen und optimale Positionierung möglichst viel Fläche seines Tores abzudecken. Gleichzeitig erkennen die Feldspieler, wie ihre Laufwege und Abschlusswinkel ihre Chancen auf einen Torerfolg beeinflussen. Ein Training, welches das taktische Verständnis auf beiden Seiten schärft.

too



#### JUNIOREN E SCHWARZ

## Nach der Saison ist vor der Saison und umgekehrt

Die Junioren E schwarz sind daran, sich für die neue Saison «einzugrooven». Es gilt, neue «Gspönli» zu integrieren, den Materialschrank auszupuffen, die Matchshirts zu waschen, neue Übungen kennenzulernen und viel zu «mätschle».

kün



## NACHWUCHS



Mehr Bilder auf unserem Flickr-Account.

# Der HCR goes Prague

Erstmals stellte der HC Rychenberg an den Prague Games eine eigene Mannschaft. Diese wusste mit dem Vormarsch ins Viertelfinale durchaus zu überzeugen.



**D**amit der Prager Ball überhaupt ins Rollen kam, brauchte es vor allem eines: Drei Spielermamis, die eine Idee mit grosser Motivation und Leidenschaft gemeinsam mit einem Trainerstab umsetzten. Allen Beteiligten, dem OK, den Trainern, den Sponsoren und der Geschäftsstelle gilt der allergrösste Dank. Was ihr den Jungs ermöglicht, ist der Hammer.

## Bademantelgespenster und andere Besonderheiten

Doch der Reihe nach. Von Teenager-Frühaufsteher-Müdigkeit war nichts zu sehen, als sich die HCR-ler in sehr früher Morgenstunde für das Abenteuer auf dem Flughafen Zürich trafen. Kaum in Prag angekommen, standen ein Warm-up und Testspiele gegen Basel und Deutschland FB Süd an. Das für alle noch ungewohnte 1-2-2 konnte in diesen nochmals eingeübt werden. Die Anregungen der Trainer wurden mit grosser Lernbereitschaft umgesetzt.

Nach den erfolgreichen Testspielen waren sich die Spieler sicher, für Aufsehen zu sorgen. Nicht nur auf dem Spiel-

feld. Oder waren die in der Bar und Lobby erschienenen Bademantelgespenster nicht vom HCR? «Underdressed» fand die Hoteldirektion und wies die Jungs an, künftig in angemessener Kleidung zu erscheinen. Also in Trainingsanzug, Sportshirt und Adiletten fanden die Jungs.

Es galt, sich auch noch an anderes zu gewöhnen: Das Leitungswasser durfte nicht getrunken werden und das Handy war abzugeben. Dafür gab es zum Frühstück Glace, zwischendurch Jasskarten und abends den Besuch in einem Spa, um die freie Zeit angenehm zu gestalten.

## Einer für alle, alle für einen

Die Hauptsache blieb aber der Zusammenhalt, die Spielfreude, der Spass auf dem Feld und das stets motivierende Feedback der Trainer umzusetzen. So durften sich die Jungs dank eines 6:0 gegen Basel, eines 8:0 gegen Strakonice und eines 7:2 gegen Deutschland FB alsbald Gruppensieger nennen. Grund genug dies, nach einer sportlichen Ansage, in zwanzig Minuten geduscht beim Abendessen zu erscheinen und mit Hamburger und Pommes spätabends zu feiern. Die Mannschaft war sich einig, dass dies der absolut richtige «Sportlerznacht» sei.

Das 1/16-Finalspiel gegen Kosice gewann der HCR mit 4:0, ehe der Achtelfinal gegen Zug zum Krimi wurde. Der HCR lag mit 4:3 in Führung, kassierte aber drei Sekunden vor Schluss den Ausgleich. Jungs, denkt ihr in solchen Momenten auch mal an jene, die neben dem Feld mit euch mitfiebern? Penaltyschiessen (Randbemerkung, da willst du kein «Goaliemami» sein).

Zwei «big Saves» und HCR-Spieler mit Nerven aus Stahl sorgten für den nächsten Sieg. Ja, da konnten dann alle in der U-Bahn wieder singen: «Jetzt singed mir eis,

wo alli chönd, alles geili Sieche, na, na, na, na, na.» Rückblickend bin ich mir nicht sicher, ob die Jungs das Penaltyschiessen provoziert hatten, um ihrem verletzten Mitspieler einen wichtigen Einsatz am Turnier zu ermöglichen. Teamgeist auf sehr hohem Niveau.

## Eine Wiederholung drängt sich auf

Das Viertelfinale zu erreichen, war ein grosser sportlicher Erfolg, erst recht weil unsere Mannschaft das ganze Turnier mit nur zweieinhalb Linien bestritt, wogegen alle Gegner mit mindestens drei Linien antraten. Die Runde der letzten acht Teams sollte dann jedoch Endstation bedeuten. Tatran Střešovice verlangte unseren Jungs physisch und technisch alles ab und zeigte ihnen letztlich ihre Grenzen auf. Alles gegeben und dennoch mit 3:9 verloren zu haben, lautete das Verdikt gegen den späteren Turniersieger. Wir genossen auch so die verbleibende Zeit in Prag, um dann müde und glücklich in Zürich von jubelnden Eltern mit «Winti, Winti»-Chören empfangen zu werden. Schön war es und eine Wiederholung im nächsten Jahr ist zu empfehlen. she / Fotos: Annatina Frizzon



## JUNIOREN E WEISS

### Polysportives Cooldown-Deluxe

Anstelle des üblichen Hallentrainings stand bei den heissen, hochsommerlichen Temperaturen im Juni ein polysportives Cooldown-Deluxe auf dem Programm. Die Junioren E weiss stürmten mit vollem Einsatz über die Wasserrutschbahn, so als ginge es um den Cup-Sieg. Bei 35 Grad eine willkommene Abwechslung. Zum Abschluss ein Glacé, und das Training war perfekt. Ach übrigens: Die Wasserrutsche begleitete uns auch an den Jets-Cup. An diesem sorgte die Abkühlung vor dem Finalspiel für den anschliessenden Gruppensieg. dam



## JUNIOREN F

### Jahrgang 2018 rockt und 2019 legt los

Beim Zwischensaisonturnier der F-Junioren (Jahrgang 2018) zeigten unsere Kids tollen Einsatz, Teamgeist und schöne Spielzüge. Alle hatten sichtlich Freude am Ball und sammelten wertvolle Spielerfahrung. Auch die neuen Spieler des Jahrgangs 2019 starteten gut. Sie sind motiviert, lernfreudig und mit viel Begeisterung dabei. mä



## U12

### Am «La Saga 2025»

Das „HCR-La Saga Team 2025“ setzte sich aus 18 Jungs, einem Mädchen und vier Coaches aus unterschiedlichen Vereinen (HCR, WinU, UBN und Glattal Falcons) zusammen. Dennoch waren sich die Teilnehmenden und die Trainer nicht unbekannt, trainierten sie doch regelmässig am Mittwochnachmittag im U12 Grossfeldtraining, welches vom HCR angeboten wird. Untergebracht im Centro Sportivo genoss das Team zwei spannende Tage mit viel Sonne und tollen Spielen. Nach einem schwierigen ersten Tag mit fünf Niederlagen zeigte die Mannschaft am Sonntag eine starke Reaktion: drei Siege, davon zwei ohne Gegentor. Anfeuerung von Zürcher Teams verwandelte die Kaserne in einen Hexenkessel. Dank engagierten Trainern wurde das Wochenende unvergesslich.



VORSCHAU

# Die Drittligateams wollen mehr

**D**ie neue Saison steht vor der Tür und wir freuen uns, dass unsere Breitensport-Teams auch dieses Jahr mit viel Energie, Motivation und Teamgeist an den Start gehen. Ob ambitioniert im Ligabetrieb oder locker im Plauschtraining, die Begeisterung für Unihockey verbindet uns alle.

**Herren 2**

Das Drittligateam wird mit einem verstärkten Kader in die neue Saison starten. Wenigen Abgängen stand ein erfreulicher Zuwachs gegenüber, insbesondere aus dem clubeigenen U18B- und U21A-Team. Damit gewann die Mannschaft an Breite wie auch an Qualität. Während in der Sommerpause zunächst die Teambildung im Vordergrund stand, wurde gegen Ende der Vorbereitung das taktische Feintuning vorgenommen. Dank der verbesserten Voraussetzungen möchte der HCR um die vorderen Plätze der 3. Liga mitspielen.

**Alumni**

Das Alumni-Team tritt erneut in der 3. Liga Kleinfeld an, nachdem es sich in der vergangenen Meisterschaft den starken zweiten Rang hatte sichern können. Neben der Liga möchte die Mannschaft auch im Cup auf sich aufmerksam machen. Bereits in der Sommerpause qualifizierte sich das Team für das 1/32-Finale und will nun dort an die bisherigen Erfolge anknüpfen.

**Plausch & Uhfo**

Der Plausch trifft sich jeweils am Freitagabend in der Turnhalle Talhofweg, während das Uhfo-Team mittwochs in der Turnhalle Guggenbühl trainiert. Ob beim lockeren Spiel oder bei gemeinsamen Treffen neben dem Feld, hier stehen der Spass und die Leidenschaft für den Sport im Vordergrund.

3. LIGA

## Transferoffensive bei den Herren II

Was milliardenschwere Fussballclubs in der Premier League machen, können die Herren II des HCR mit links. Über Sportchef Florian Heer fanden im Frühling nicht weniger als 14 neue Spieler den Weg zum Drittliga-Grossfeldteam. Viele davon werden die Mannschaft in der kommenden Spielzeit unterstützen. Das Saisonziel ist klar: Das neu zusammengewürfelte Team will in der Liga um den Gruppensieg mitspielen.



VEREIN

## Wenn Legenden auf Legenden treffen

Am Freitagabend, dem 9. Mai 2025 trafen die Cupsieger des HCR von 2025 auf jene von 1996. Es war ein Freundschaftsspiel der besonderen Art mit voller Erinnerungen und Leidenschaft für den Unihockeysport. Die aktuellen Cup-Sieger stellten sich der Challenge, mit einem Stock nicht wie gewohnt, sondern mit gegenseitiger Auslegung der Schaufel zu spielen. Die interne Teamchallenge sorgte auf den Rängen für viele Schmunzler und für packende Spielzüge zwischen den Generationen. Nach einem 25-minütigen Duell inklusive Musikeinlagen von «DJ Super-G» mussten sich die Cup-Sieger von 1996 am Ende geschlagen geben. Im Herzen gingen jedoch alle als Sieger vom Platz.



PLAUSCH

## Wo man sich trifft

Jung und Alt treffen sich nach der Saison gerne auch an Plauschturnieren – wie jenem im schönen Bazenzeid.



Ich will eine Bank, die mitzieht.

Willkommen als **Unternehmer** bei der LLB.

llb.ch **llb** 1861

**HOTEL, RESTAURANT, SEMINARZENTRUM UND EVENTLOCATION**

ALLES WAS SIE FÜR KONFERENZEN, MEETINGS ODER EIN ENTSPANNTES STILVOLLES ESSEN BRAUCHEN – FINDEN SIE BEI UNS!

Hotel Banana City  
Schaffhauserstrasse 8 8400 Winterthur  
info@bananacity.ch www.bananacity.ch  
Telefon +41 52 268 16 16

**Banane**  
Restaurant • Bar • Lounge

VEREIN

# Was macht eigentlich Dominik Heller?

In der Serie «Was macht eigentlich...» interviewten wir den ehemaligen HCR-Verteidiger Dominik Heller und sprachen über seine Pläne, Projekte und neuen Leidenschaften.

**Zwischen 2005 und 2010 warst du ein knallharter Verteidiger beim HCR. Wohin hat es dich danach verschlagen? Wie sieht dein Leben heute aus?**

Nach meiner Zeit beim HCR kehrte ich zu meinem Stammverein Jona-Uznach Flames zurück. In den ersten drei Jahren war ich Spieler und anschliessend bis heute Coach. Neben Familie, Beruf und Freunden nimmt Unihockey einen grossen Teil in meinem Leben ein.

**Welche Projekte verfolgst du nun und was nimmst du an Erfahrungen mit aus deiner Zeit beim Unihockey?**

Ich bin weiterhin aktiv im Unihockeybusiness dabei, aktuell als Coach und Spielerentwickler. Nach dem Start bei den U16-Junioren bis zur heutigen Herrenmannschaft habe ich mittlerweile (fast) alle U-Stufen trainiert.

Was ich mitnehme an Erfahrung, ist der Umgang mit aller Art von Menschen. Jede Person ist anders, was die Trainerarbeit manchmal auch schwierig macht. Hilfreich ist auch mein Durchhaltewille und die Fähigkeit, unter Druck und Stress zu funktionieren.

**Was war dein bewegendster, schönster und was dein schlimmster Moment in deiner Karriere beim HCR?**

Die Monate in den Playoffs der Saison 2009/10 waren absolut toll. Mit «halb-blutten» GC-Fans in der Eulachhalle und einem grandiosen Finaleinzug (mit Siegen gegen GC und Chur). Einer der bewegendsten Momente war dann das erste Playofffinalspiel zuhause in der Eishalle Deutweg. Beim Einlauf in die Halle hatte ich durchgehend Hühnerhaut. Das Resultat war dann leider nicht nach unserem Geschmack.

## Steckbrief Dominik Heller

NLA-Zeit beim HCR: **2005–10**  
 Position: **(Shutdown) Defender**  
 Trikotnummer: **#6**  
 Alter: **46**  
 Grösse: **186 cm**  
 Wohnort: **Rapperswil-Jona**  
 Beruf: **Frontend Software Engineer Web Applications**  
 Familie: **verheiratet, zwei Kinder (2008, 2011)**  
 Aktueller Verein: **Jona-Uznach Flames**



**Mit wem würdest du gerne mal (wieder) trainieren?**

Eine ausgezeichnete Frage. Ich hatte tolle Jahre beim HCR und am liebsten würde ich gerne mit allen Spielern von damals wieder einmal in der Halle stehen und dem löchrigen, weissen Ball nachrennen. Eine einzelne Person nennen, kann ich nicht.

**Welcher HCR-Moment aus der vergangenen Zeit bringt dich noch heute zum Schmunzeln?**

Heimspiel gegen Malans in der Eulachhalle. Ich glaube es war kurz vor Weihnachten. Wir kassierten in diesem Spiel drei (!) rote Karten innerhalb der letzten fünf Minuten (oder noch weniger). Das hatte mich damals sehr hässig gemacht, aber heute muss ich darüber lachen.

**Hast du den Cupfinal mitverfolgt und schlägt dein Herz in solchen Momenten nach wie vor etwas für den HCR?**

Ja, ich verfolgte den Cupfinal mit. In meiner Brust schlägt ein gelbes Unihockeyherz. Der HCR und die Flames haben beide diese Grundfarbe. Ich drücke dem HCR immer die Daumen und verfolge aktiv, was läuft und wie gespielt wird. Wenn es die Zeit erlaubt, bin ich auch in der AXA Arena anzutreffen.

**Welche Leidenschaft von dir kennen wir noch nicht?**

Ich nenne es nicht Leidenschaft, aber ich mag Spielabende mit meiner Familie oder Freunden. Meine Lieblingsspiele sind Siedler von Catan, Brändi Dog, Jassen oder Poker.

**Was braucht es deiner Meinung nach um Profisportler zu werden?**

Sehr viel Eigenmotivation, Disziplin und im richtigen Moment die richtige Person, welche an dich und deine Fähigkeiten glaubt.

**Würdest du rückblickend wieder eine Karriere im Spitzensport anstreben?**

Ja, ohne zu überlegen.



**Was hat sich in den letzten Jahren aus deiner Sicht im Unihockey verändert?**

Heute will der Spieler wissen, warum er etwas im Training macht. Das war bei uns damals nicht so zentral. Sportlich gesehen wurde der Sport athletischer. Es braucht auch in der Pause gezielte Athletiktrainings, um das Spiel auf hohem Niveau zu gestalten. Und klar gibt es nach wie vor Stürmer und Verteidiger, aber die Aufgabenteilung ist stärker verwoben. Und nicht zuletzt sind heute auch die strukturellen Bedingungen wie beispielsweise die Trainingsmöglichkeiten – Stichwort RLZ – besser.

**Welche Pläne oder Reisen stehen auf deiner To-do-Liste?**

Reisen nach Irland oder Finnland (Lappland) oder auch Kanada stehen irgendwie noch auf meiner Bucketlist.

Schmerzreduktion für dich jetzt mit 15% Rabatt  
Gültig im 2025

**Lavanchy**  
Orthopädie & Physiotherapie GmbH  
Die + bim Sport



VEREIN

## Uncut Staffel 2: Neu, jeden ersten Montag im Monat

Die neue Unihockeysaison steht vor der Tür und mit ihr die zweite Staffel unseres Podcasts «Unihockey Uncut». Einmal pro Monat begrüssen wir einen Gast in unserer Podcast-Lounge und sprechen mit ihm über Gott und die Unihockeywelt. Neu erscheinen die Episoden immer am ersten Montag im Monat. Damit du keine Episode verpasst, abonniere den Kanal gleich jetzt bei Apple Podcasts, Spotify & Co.

Die erste Folge der neuen Staffel ist bereits online. Wir haben den Grandseigneur des Schweizer Unihockeys empfangen: Philippe Soutter. Der ehemalige HCR-Trainer und -Sportchef hat die Schweizer Unihockeygeschichte wie kaum ein anderer geprägt und bringt einen Fundus an amüsanten Geschichten mit.

An dieser Stelle ein grosses Dankeschön an alle Gäste der Staffel 1, die sich Zeit nahmen und an unseren Partner Fatpipe, der dieses Podcast-Projekt unterstützt. Mein Dank gilt auch euch Hörern für euer Feedback, fürs Hören und Abonnieren.

Euer Host, Raphi Mahler

### WICHTIGE TERMINE

Samstag, 13. September 2025  
**MEISTERSCHAFTSSTART**  
**HCR VS. FLOORBALL THURGAU**  
18 Uhr, AXA Arena

Samstag, 20. September 2025  
**CHAMPIONS CUP**  
**HCR VS. FLORBAL MLADEN BOLESLAV**  
18 Uhr, AXA Arena

Montag, 6. bis Freitag, 10. Oktober 2025  
**HCR-KIDS-CAMP (AUSGEBUCHT)**  
AXA Arena & Oberseen, Winterthur

Sonntag, 12. Oktober 2025  
**UNIHOCKEY-FOTO-WORKSHOP**  
AXA Arena, Winterthur

Donnerstag, 5. November 2025  
**HCR-5-KAMPF**  
ab 17:30 Uhr, AXA Arena

Donnerstag, 4. Dezember 2025  
**GHACKETS MIT WÖRTLI**  
**MARC BERTHOD**  
HCR-Lounge, AXA Arena

Samstag, 13. Dezember 2025  
**RYCHI-CUP**  
**F-JUNIOREN TURNIER**  
Hofacker, Rickenbach



HC Rychenberg  
Grüzefeldstrasse 32 // 8400 Winterthur  
**hcrychenberg.ch**

Fragen, Anregungen oder Kritik?  
presse@hcrychenberg.ch

DAS NLA-INSIDER-INTERVIEW

# Ziemlich beste Freunde

Nils Conrad, welcher deiner Teamkollegen ...

... hat dich gezwungen, so lange beim HCR zu bleiben? War es wirklich Kradi? Lass uns doch Einzelheiten über seine Bestechungsmethoden erfahren.

Ganz ehrlich, es war Kradi. Der Mann ist nicht nur Geschäftsführer, sondern auch Chef-Bestecher. Schon seit Jahren hielt er mich mit lockeren Sprüchen, geheimen Vertragsverlängerungen und einer Art «Thurgauer Connection» bei Laune. Ich meine, wer sonst ruft einem nach dem Training in Winterthur zu: «Ich fahr eh Richtung Weinfelden, ich nehm dich mit; aber nur, wenn du nächste Saison wieder unterschreibst!» Irgendwann wurde es zur Routine, und zack, waren zehn Jahre um.

... hat die unglaublichste und lustigste HCR-Story geboten, die du in all den Jahren erlebt hast?

Ein absolutes Highlight war definitiv eine der Weihnachtsfeiern. Die ganze Mannschaft, der Staff, die Freundinnen, alle waren da. Wir assen zusammen Fondue und arbeiteten uns durch die eine oder andere Flasche Weisswein. Irgendwann gab es ein Rate-Spiel mit alten Kinderfotos von uns und irgendwann fühlte sich ein Mitspieler (Name der Redaktion bekannt) dazu berufen, das Ganze mit einer sehr bildhaften Showeinlage auf der Bühne zu untermalen. Sagen wir es mal so: Gewisse Bilder bekomme ich nie wieder aus meinem Kopf.

... passt nun ab nächster Saison auf deinen Bruder Levin auf?

Levin kann zum Glück ziemlich gut auf sich selbst aufpassen. Trotzdem hackte ich mich natürlich heimlich in sein Fitnessarmband. So kann ich seine Laufwege, Herzfrequenz und sogar seine Snack-Pausen überwachen. Wenn er also mal ein Training schwänzt oder zu wenig Schritte macht, wird er ganz zufällig eine motivierende Nachricht von mir erhalten.



Nils und Levin

... gewinnt den goldenen Sportsmann-Award und hätte Potential in einer nächsten Karriere als Superheld durchzustarten?

Ganz klar: Wöcke. Der Mann spielt seit Jahren mit einer Brille, die irgendwo zwischen Taucherbrille, Hightech-Gadget und modischem Statement liegt. Er wurde dafür oft aufgezoogen, aber insgeheim wussten wir alle: Da steckt mehr dahinter. Ich bin überzeugt, dass er seine Brille nur als Tarnung nutzt. In Wahrheit war das ein Prototyp. Ein Gerät, das ihm nicht nur Sehkraft sondern auch X-Ray-Vision und eine Gegner-Scan-Funktion ermöglicht. Seine Superhelden-Identität? Ganz klar: «The Visionary», halb Playmaker, halb Optiker, voller Sportsmann!

... wäre als nächster Kandidat für dieses Interview besonders geeignet und warum?

Ich nominiere Maël Marthaler, unsere Neuverpflichtung. Was viele vielleicht nicht wissen: Er ist der Sohn vom Cousin von Levin und mir. Maël bringt frischen Wind, Talent und sicher spannende Einblicke als Neuer im Team. Also genau das, was ein guter Interviewpartner ausmacht. Und ich bin gespannt, wie lange es dauert, bis ihm jemand eine Taucherbrille andreht. cos

VEREIN

## Gemeinsam mit der Nachbarschaft

Auch in diesem Jahr tourt ein mobiles Street-Floorballfeld des Sportamts Winterthur von März bis Oktober durch die Stadt. Wir als HC Rychenberg nutzten die Gelegenheit, um drei öffentliche Trainings mit NLA-Spielern zu organisieren – direkt in der Nachbarschaft und offen für alle unihockeybegeisterten Kinder.

Ob bei Sonnenschein oder Regen: Die Trainings waren ein voller Erfolg. Selbst die feuchte Witterung konnte die Spielfreude nicht trüben. Die Kinder und Eltern waren mit grosser Begeisterung dabei und es ergaben sich viele grossartige Begegnungen.

Als regionaler Verein setzen wir uns nebst dem Leistungs- auch für den Breitensport und die Nachwuchsförderung ein. Unser Dank gilt allen, die mitmachten, halfen oder einfach vorbei schauten.

Das Street-Floorballfeld wird noch bis am 11. September beim Schulhaus Rychenberg und anschliessend bis am 30. Oktober beim Schulhaus Steinacker stehen. Wir wünschen allen viel Freude beim Spiel. arö

