Season GUIDE 21/22

UNIHOCKEYCLUB BERN CAPITALS





Wir bedanken uns bei unseren Sponsoren:

Season GUIDE 21/22

UNIHOCKEYCLUB BERN CAPITALS

UNIHOCKEY CENTER.CH

OFFIZIELLER AUSRÜSTER
DER BERN CAPITALS

20%
Rabatt für alle
Mitglieder



Vereinsshop
Bern Capitals

follow us

NEU: PRODUKTVIDEOS AUF YOUTUBE
„UNIHOCKEYCENTER SCHWEIZ"



Inwil
Industriestr. 5
6034 Inwil



Zuchwil
Dorfackrstr. 47
4528 Zuchwil



Köniz
Könizstr. 233
3097 Liebefeld



Chur
Raschärenstr. 30
7001 Chur

Vorwort: Pascal Reichen, Präsident 5
Strategie 6
Nachhaltigkeit 7

Bern Capitals

Saisonausblick: Raphael Kohler, Sportchef Leistungsteams 9
Interview mit Matthias Dähler, Verteidiger 1. Mannschaft 10
Team 1. Liga Grossfeld 12
Team U21 13
Team U18 14
Team U16 15

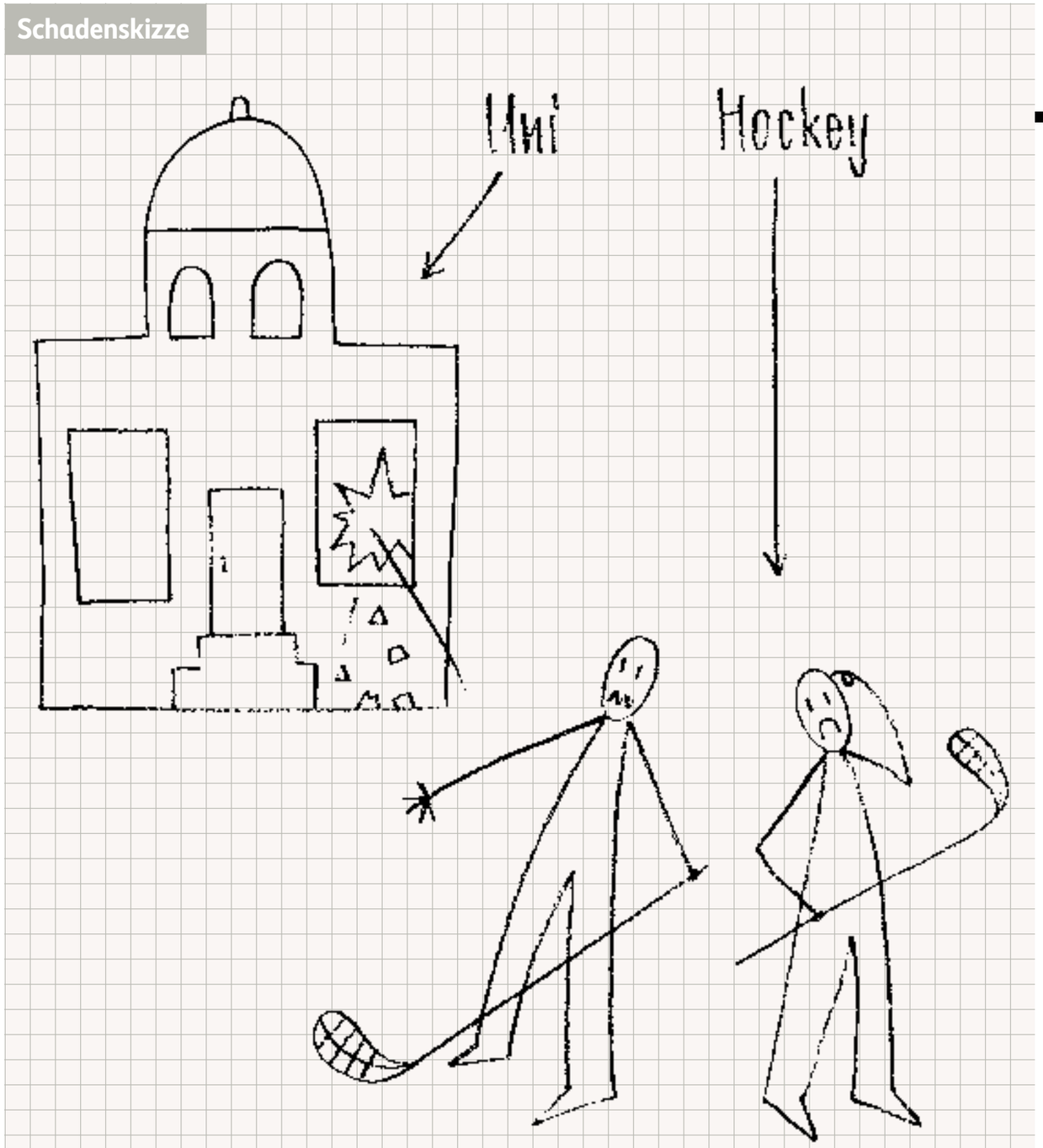
Bern Capitals Ost

Saisonausblick: Philippe Matter, Juniorenobmann 17
Team 2. Liga Grossfeld 18
Team 4. Liga Grossfeld 19
Team 4. Liga Kleinfeld 21
Team U14 23
Team Junioren A 24
Team Juniorinnen A 25
Team Juniorinnen C 26
Team Junioren C 27
Team Junioren D Rot 28
Team Junioren D Gelb 28
Team Juniorinnen D 29
Team Junioren E und Unihockeyschule 31

Impressum

Impressum und Adressen 32

Schadenskizze



Was immer kommt – wir helfen Ihnen rasch und unkompliziert. **mobiliar.ch**

Generalagentur Bern-Ost
Beat Klossner
Bernstrasse 34
3072 Ostermundigen
T 031 938 38 38
bern-ost@mobiliar.ch

Generalagentur Bern-Stadt
Ulrich Hadorn
Bubenbergplatz 8
3011 Bern
T 031 320 23 20
bern-stadt@mobiliar.ch

die Mobiliar

Vorwort



Pascal Reichen
Präsident Unihockey Bern

Lange habe ich mir Gedanken darüber gemacht, wie oft ich das Wort mit dem C in meinem diesjährigen Vorwort erwähnen soll. Letztlich habe ich mich entschieden, das Wort nie zu erwähnen – respektive schon, aber eben nicht jenes (siehe Bild). Ich will an dieser Stelle die Chance nutzen und in vielerlei Hinsicht nach vorne blicken. Sei es als Mensch, sei es als Präsident des mir am Herzen liegenden Vereins Bern Capitals. Der Vorstand musste in der vergangenen Saison situationsbedingt öfter und rascher als sonst handeln und konnte nicht nur in die Zukunft blicken. Für einen Verein, der ehrenamtlich geführt wird, gelang uns dieser Spagat mehrheitlich gut bis sehr gut.



Der Abbruch der Saison hat den Vorstand gleichwohl dazu bewogen, die Chance zu packen, um die Basis für unsere Zukunft zu schaffen. Wir konnten uns plötzlich eingehend um Themen wie Nachhaltigkeit oder um die Vision & Strategie kümmern. Vision & Strategie sind im Zusammenhang mit der Zustimmung zur Namensänderung an der Hauptversammlung im Februar 2020 zu sehen. Über beide Themen wird auf den kommenden Seiten noch ausführlicher berichtet. Ich gehe daher meinerseits bewusst nicht näher darauf ein, nur so viel: Die Umsetzung wird viel Zeit in Anspruch nehmen. Beides muss gelebt werden und dazu braucht es alle, vom Funktionär bis hin zu unserem jüngsten Mitglied. Neumitglieder sollen sich von allem Anfang an mit unserer Vision & Strategie identifizieren können. Wie heisst es so schön: Der Weg respektive in unserem Fall die Vision ist das Ziel!

Zum Zeitpunkt der Publikation des Season Guide 2021/2022 wird das Vierländerturnier der Frauen in der Mobiliar Arena in Gümligen von Anfang September bereits Geschichte sein. Da aber auch in diesem Zusammenhang der Begriff Chance zentral war, will ich an dieser Stelle trotzdem kurz darauf eingehen. Wir haben den Entscheid, den Anlass als lokaler Organisator zu übernehmen, mit Blick auf die Zukunft getroffen! Der Einsatz der Vertreterinnen und Vertreter des lokalen Organisationskomitees (LOK) sowie der vielen Helfer hat mich tief beeindruckt. Unser Verein hat die Chance gepackt! Es ist schön zu wissen, dass man in solchen Situationen auf die aktuellen sowie früheren Mitglieder und Funktionäre zählen kann.

Unter den Umständen der vergangenen Saison litten alle, aber insbesondere unser wichtigstes Gut, die Mitglieder, also Spielerinnen und Spieler, die Trainerinnen und Trainer. Aber gemäss dem, was ich von unserem Sportchef und dem Juniorenobmann gehört habe, wurde gleichwohl Eindrückliches geleistet. Statt in eine Schockstarre zu verfallen, haben die Teams ihre Chance genutzt und aus der Situation das Beste gemacht. So wurden Trainingsformen entwickelt, welche teilweise auch im „normalen" Trainingsalltag genutzt werden können.

Ich möchte nun Euch allen meinen herzlichen Dank aussprechen. Stellvertretend möchte ich hierbei unsere langjährigen und auch unsere neuen Sponsoren erwähnen – es ist nicht selbstverständlich, in solch schwierigen Zeiten uns weiterhin die Treue zu halten oder uns als Neusponsor zu unterstützen!

Ich erinnere an meine einleitenden Sätze. Ich habe das Wort mit dem C nun fünfmal verwendet, aber eben nicht dasjenige, das uns alle so beschäftigt. Damit hoffe ich, dem anderen C etwas den Wind aus den Segeln zu nehmen. Lasst uns als Verein, als Gemeinschaft, und als einzelnes Mitglied in die Zukunft und somit auf die kommende Saison 2021/2022 blicken, die hoffentlich von A – Z (mit allen Einschränkungen) durchgeführt werden kann.

GO CAPS!

Sportliche Grüsse

Euer Präsident
Pascal Reichen

Strategie

Inzwischen starten wir in die Saison 2021/2022 und unser Verein hat sich in den vergangenen Jahren gut entwickelt, ohne dass gleichzeitig eine gesamtheitliche Neuausrichtung stattgefunden hätte. Es hat sich allerdings herausgestellt, dass unsere beiden wichtigsten Gremien, die Sportkommission und der Vorstand, teilweise unterschiedliche Ziele verfolgten. Es war also überfällig, dass die Vereinsleitung ihre Köpfe zusammensteckte und den Vereinsmitgliedern eine gemeinsame Richtung vorschlägt.

Die Zielsetzung der Caps bedarf eines kurzen Rückblicks: Über mehrere Jahre war das sportliche Ziel des Vorstands, dass unsere U18 und U21 wieder B-klassig spielen. Die U21 war im April 2012, die U18 im April 2014 in die C-Klassigkeit abgestiegen. Nach Ansicht des Vorstands war man mit C-klassigen Nachwuchsteams zu schwach aufgestellt, um die erste Mannschaft in der 1. Liga mit genügend Qualität aus den eigenen Reihen zu versorgen. Sogar aufzusteigen und die NLB nachhaltig zu sichern, schien in weite Ferne gerückt. Natürlich passte diese Ansicht nicht allen Spielern der ersten Mannschaft. Auch die Sportkommission war nicht immer gleicher Ansicht. Sowohl die U18 als auch die U21 schafften im April 2018 den Wiederaufstieg in die zweithöchste Spielklasse. Die B-Klassigkeit war an der Basis wiederhergestellt.

Und heute? Wo soll es hingehen? Aufstieg in die NLB? Wiederaufbau einer Damenabteilung? Oder doch eher solider Breitensport?

Ähnlich dem Gesetzgebungsverfahrung unserer Bundesversammlung ging in den vergangenen Monaten ein Strategiepapier von der Sportkommission in den Vorstand und wieder zurück. Darin wurde nicht nur eine sportliche Ausrichtung, sondern auch die Wertvorstellung der Caps diskutiert. Mit welchen Werten identifiziert sich der Capsler oder die Capslerin, was wollen wir vorleben? Was wollen wir sportlich, finanziell und organisatorisch? Und eben auch die Frage: Wie realistisch muss die Vision oder das Ziel überhaupt sein?

Anders als die eingangs erwähnten NLA-Vereine wollen wir die Früchte nicht zu hoch hängen lassen. Entstanden sind eine bodenständige Vision und Strategie, die dennoch Ambitionen nach oben zulässt. Die Basis des Vereins – unsere Nachwuchsarbeit auf sämtlichen Stufen – stellt das wichtige Fundament dar. Aufstiegsträume sollen auch in den kommenden Jahren geträumt und realisiert werden können. Allerdings nur, wenn diese nachhaltig gesichert sind. Das heisst, dass wir stets auf unseren eigenen Nachwuchs setzen wollen. Das gilt natürlich nicht ausschliesslich, sondern jeweils mit gesunder Abwägung im Einzelfall: Zuzüge aus anderen Vereinen sind immer möglich, und es gibt auch mal stärkere und mal schwächere Jahrgänge. Ausserdem hat sich die Zusammenarbeit mit unserem Partnerverein Floorball Köniz etabliert und zum Vorteil beider Vereine entwickelt.

Zu beachten sind aber stets auch organisatorische Verpflichtungen, die Aufstiege mit sich bringen. Die Arbeitslast ist seit Jahren mehr oder weniger auf den gleichen Schultern verteilt. Als NLB-Verein müsste beispielsweise auch die Durchführung und Professionalität der Heimspiele gesteigert werden.

Sportkommission und Vorstand sind erfreut, eine gemeinsame Vision und Strategie für die Caps festgelegt zu haben, hinter der die gesamte Vereinsleitung stehen kann.

Wohin geht‘s mit den Caps?

Unser ehemaliger Torhüter und heutiger Präsident von Chur Unihockey, Curdin Furrer, war zu Gast im Unihockey-Podcast «Krebs & Krona» (Folge 11). Mit den beiden Gastgebern diskutierte Curdin den Stellenwert von Unihockey. Profisport, ja oder nein? Das Trio kam zum Schluss, dass unser Sport zwar auf gutem Weg sei, vielen Vereinen aber nach wie vor die finanziellen Möglichkeiten fehlten. Es sei aktuell einfacher, gute Transfers mit einem soliden Projekt zu locken, anstatt mit finanziellen Anreizen und hohen Lohnsummen. Glaubt man den Schätzungen der Podcaster, so haben sich rund 10 NLA-Vereine für ihre Fünf-Jahres-Projekte das Ziel «Schweizermeister» gesetzt. Auf dem Papier geht das natürlich, in der Praxis eher weniger. Ist das überhaupt glaubwürdig?

Nachhaltigkeit

«Green Goal» – Sport und Nachhaltigkeit

Fabian Buser & Mario Teuscher

Das Thema Klimawandel braucht keine Vorstellung. Als Einstieg für die folgenden Zeilen musst Du Dir lediglich bewusst sein, dass wir auch mit unserem Hobby «Unihockey» einen Fussabdruck erzeugen: Unsere Stöcke sind unter anderem aus Carbonfasern gefertigt, deren Entsorgung ein Problem für die Umwelt darstellt. Wir tragen Trikots, Trainingskleidung, Schuhe. Unsere Trainingshallen wollen geheizt sein, und für den Weg zum Training oder Spiel brauchen wir selbstverständlich ein Transportmittel.

Mit dem Beitritt der Caps zur UN-Klimaschutzinitiative «Sports for climate action» als erster Schweizer Sportverein (ja, da sind wir ein bisschen stolz darauf) wollten wir uns dazu verpflichten, dieses Thema strukturiert im Vereinsleben zu berücksichtigen. Wir wollen weder missionieren noch um jeden Preis jedes Plastiksäckli loswerden. Im Zentrum unseres Vereins steht immer noch das Kerngeschäft Unihockey. Aber wir wollen aufklären, begleiten und ermöglichen, so dass jeder und jede seinen, respektive ihren Beitrag leisten kann.

Bei der Umsetzung sind wir erst einmal gestolpert. Spezialisten sind wir bei weitem nicht. Welches Vorgehen ist sinnvoll, welches weniger? Die Vorgaben der UN-Klimaschutzinitiative sind skizzenhaft und unscharf. Ein konkretes Vorgehen liess sich daraus nicht wirklich ableiten. Bei anderen Mitgliedern der Initiative klang es ähnlich.

Der Unihockey-Weltverband IFF ist schon im Dezember 2019 der UN-Klimaschutzinitiative beigetreten. Der Verband erklärte, in einer ersten Phase die grössten Unihockey-Anlässe zu bewerten und zu prüfen, wie die schädlichen Auswirkungen auf die Umwelt reduziert werden können. Als Folge dieses Beitritts und des gesetzten Ziels hat die Unihockey-WM 2022 in Zürich und Winterthur grosse Pläne: Die Ausgabe 2022 soll die erste klimaneutrale Unihockey-Weltmeisterschaft werden. Zur Umsetzung hat sich der Schweizer Unihockeyverband swissunihockey an myClimate.ch gewandt und mit den Spezialisten ein «Green Goal» definiert.

Der IFF hat das Projekt und Engagement der Caps ebenfalls sehr begrüsst und hat uns in der Folge die Türen zu swissunihockey und myClimate.ch geöffnet, so dass wir mit starken Partnern weiterarbeiten können. Mit diesen Partnern wollen wir nun etwas kreieren, das über unseren Verein hinausgeht. Ziel wird sein, einen Leitfaden zu entwerfen, den auch andere Unihockey- oder gar allgemein Sportvereine nutzen können. Die Bern Capitals sollen als «Best Practice» Szenario dienen.

Das in der Mobiliar Arena (von den Caps als lokales Organisationskomittee) durchgeführte Vierländerturnier der Damen gehörte noch nicht zu den grossen Unihockeyanlässen, bei dem die Reduktion des CO2-Fussabdrucks Thema war. Das zeigt uns auf, dass auch die Unihockeyverbände, die mit mehreren Vollzeitstellen arbeiten können, für die Umsetzung von Projekten dieser Art doch einige Zeit brauchen. Deshalb nehmen wir nun Schritt für Schritt, um unser eigenes Green Goal zu erreichen.





Saisonausblick



Raphael Kohler
Sportchef Leistungsteams

Eine Saison der Ungewissheit





Endlich dürfen wir unserer Leidenschaft wieder nachgehen und uns nach einem harten Sommer auf dem Spielfeld messen. Wo die Leistungsteams zurzeit stehen, ist schwierig einzuschätzen. Die U14 zeigte in den Vorbereitungsspielen gute Leistungen und dürfte in Liga B auch in diesem Jahr einen Platz in der vorderen Tabellenhälfte einnehmen. Beim jüngsten Leistungsteam stehen die individuelle und die teamtaktische Grundausbildung im Vordergrund. Ebenso wichtig ist die persönliche Entwicklung der einzelnen Spieler*in. Die erarbeiteten Grundlagen des Grossfeld-Spiels wollen wir in der U16 vertiefen und die Freude am Leistungssport fördern. Auch auf dieser Stufe erwartet die sportliche Leitung eine Platzierung in der oberen Tabellenhälfte.

Die U18 möchte sich in dieser Saison erneut ganz vorne einreihen. Zwei Jahre nachdem die U16 den Qualifikationstitel geholt hat, ist diese Generation jetzt auch eine Stufe höher für eine Spitzenplatzierung bereit. Eine Rangierung unter den Top 3 wird angestrebt.

Hartes Brot wird die U21 zu beissen haben. Nach dem Abgang des Trainerstabes rund um Marc Sturzenegger und dem leistungsstarken Aufsteigerjahrgang 2000 ist die diesjährige Ausgabe sehr jung und eher dünn besetzt. Glücklicherweise gelang es mit Christoph Zingg und Gregor Mühlematter ein kompetentes Trainerduo zu verpflichten. Der Fokus der ältesten Junioren-Mannschaft liegt auf dem Erreichen des Ligaerhalts und dem Wiederaufbau einer spielstarken U21-Equipe. Vor allem mit dem Ball wollen wir bei den U-Stufen noch dominanter werden und in Zukunft, wenn möglich die Spiele gestalten.

Das Fanionteam wird lernen müssen, dass die Erfolge nur über Leidenschaft, Intensität und Disziplin zu erreichen sind. «Gratis-Spiele» wird es keine mehr geben und Verantwortung kann nicht mehr abgeschoben werden. Im Gegenteil, jeder Spieler wird mehr Verantwortung übernehmen müssen/dürfen. Dies kann die grosse Chance sein für die deutlich jüngere und hungrige Equipe.

Grundsätzlich ist es schwierig für alle Leistungsteams eine Prognose abzugeben. Zahlreiche Parameter sind aufgrund der langen Pause unbekannt. Im Namen der sportlichen Leitung gilt es vor allem den Trainer*innen für ihren vorzüglichen Einsatz zu danken. Nur so ist es möglich nach dieser herausfordernden Zeit wiederum mit konkurrenzfähigen Teams in die Post-Corona-Zeit zu starten.

Für den Gesamtverein wünsche ich mir/uns tolle gemeinsame, verbindende Erlebnisse über die Teamgrenzen hinaus. Die Gümliger Mooshalle soll wieder ein Ort der Begegnung werden. Ich freue mich auf euch!

Interview



Matthias Dähler hat sämtliche Juniorenstufen der Bern Capitals durchlaufen und letzte Saison nach einem Zwischenjahr im Herren 2 den Sprung in die 1. Mannschaft geschafft. Mittlerweile hat er sich einen Stammplatz erkämpft und besticht durch saubere Zweikampfführung, taktische Disziplin und vollen Einsatz für die Bern Capitals. Matthias ist seit Jahren als Juniorentrainer tätig, zurzeit steht er bei der U14 an der Bande.

Matthias Dähler
Verteidiger 1. Mannschaft

Interview: Raphael Kohler

Lieber Mätthi, erzähl' uns doch einmal von deinem Werdegang bei den Bern Capitals und lasse uns an deinen bisherigen Highlights teilhaben.

Matthias Dähler. Vor rund 15 Jahren begann ich in der Unihockeyschule beim UHC Bern Ost. Daraufhin «knebelte» ich mich mit heutigen Teamkollegen durch die Juniorenstufen hindurch. Als frischer U18 Spieler durfte ich bereits mit an die Spiele der U21. Vier Jahre später war ich Teil des Teams, welches den Aufstieg in die U21 B schaffte. Nebst der Qualifikation für die Aufstiegsspiele in der U18 (der Final ging ärgerlicherweise verloren) war dies das grösste Highlight meiner bisherigen Karriere. Nach der Juniorenzeit konnte ich im Herren 2 einiges an Spielerfahrung sammeln und genoss das gemütliche Beisammensein nach den Trainings. Ich blicke deshalb sehr positiv auf dieses Jahr zurück. Trotzdem liess ich das Ziel, in der 1. Mannschaft zu spielen, nicht aus den Augen

Wie siehst Du die Entwicklung der Bern Capitals in den vergangenen Jahren und wo siehst du noch Luft nach oben?

Die Caps entwickelten sich in den letzten Jahren zum klaren Favoriten. Auf diese Saison hin hat sich das Kader strukturell verändert. Routinierte Spieler haben das Team verlassen. Dafür erhalten nun junge Spieler aus dem eigenen Verein die Gelegenheit sich zu beweisen. Dies ändert meiner Meinung nach nichts an der Favoritenrolle. Umso wichtiger ist jedoch, dass wir den Fokus stets auf unser Spiel legen, uns also nicht dem Gegner anpassen. Wir müssen als Mannschaft extrem diszipliniert auftreten. Unnötige Strafen oder eine ungenügende Chancenauswertung mag es diese Saison meiner Ansicht nach nicht leiden.

Wie lauten deine persönlichen Ziele und die der 1. Mannschaft für die kommende Saison?

Ich möchte in der kommenden Saison neue Erfahrungen sammeln, was aus bekannten Gründen in den letzten zwei Jahren nur bedingt möglich war. Ich habe mir das Ziel gesetzt, als Verteidiger vermehrt am Offensivspiel teilzunehmen und gefährliche Abschlüsse zu generieren. Als Team möchten wir diese Saison noch stärker zusammenwachsen und als ganze Mannschaft Fortschritte erzielen. Das diesjährige Trainingslager diente dazu, Abläufe zu hinterfragen, anzupassen und ein neues Motto zu definieren. Unser klares Ziel ist es jedoch, nach wie vor unserer Favoritenrolle gerecht zu werden.

Wer war der beste Spieler, mit dem Du je gespielt hast und warum?

Spontan fällt mir Michael Wieland ein. Er war ebenfalls Verteidiger und ich durfte einige Male mit ihm spielen. Er hatte eine unglaublich gute Spielübersicht und konnte mir hilfreiche Tipps mit auf den Weg geben.

Gerne möchten wir mit einem Augenzwinkern noch ein wenig tiefer ins Innenleben der ersten Mannschaft blicken und bitten dich folgende Sätze zu ergänzen.

Markus Bieri ist ein harter Hund weil, ...

…es bei ihm kein Training ohne Laufschule gibt. Als Gegner gilt es zudem jeglichen Blickkontakt zu vermeiden.

Tobias Hirsbrunner wird Rich - Tobi genannt, weil ...

…er beim Teamevent die Spendierhosen trug.

Elias Wyss war im Trainingslager das Gesprächsthema Nr. 1, weil ...

…er der Barbier vom Dienst ist. Wer mehr wissen will, Elias spricht sehr gerne und offen darüber.

Mit diesem Mitspieler möchte ich nicht im Lift stecken bleiben ...

…zwar kein Mitspieler aber unser Teambetreuer, Markus Minder. Für ausreichend Verpflegung wäre gesorgt, jedoch würde mich Markus ununterbrochen über die neusten Resultate und Statistiken im Unihockey informieren (ich bin jedes Mal wieder erstaunt, wie gut Markus informiert ist).

Die 1. Mannschaft feiert am Ende der Saison weil, ...

…wir zu krass sind.

Was möchtest du unseren Fans noch mitteilen?

Höchste Zeit, wieder in die Mooshalle oder ins Wankdorf zu kommen, es lohnt sich! Danke bereits jetzt für den Support.

Herzlichen Dank für das offene Gespräch und alles Gute in der kommenden Saison auf und neben dem Spielfeld!

Team 1. Liga Grossfeld

Mit eigenen Kräften und neuer Identität zum Erfolg

Raphael Kohler, Sportchef

Die erste Mannschaft hat nach der kurzen Corona-Saison ein neues Gesicht erhalten. Die absoluten Spitzenspieler Samuel Schneiter, Nino Wälti und Michel Dumauthioz sind zurückgetreten. Ersetzt wurden sie durch Spieler aus der eigenen Jugend und Rückkehrern. Mittlerweile verfügen 20 von 27 Kadermitgliedern eine Junioren-Vergangenheit bei den Bern Capitals. Der Vorwurf der fehlenden Identität lasse ich nicht mehr gelten. Zehn Spieler sind zusätzlich noch als Trainer oder Funktionär tätig, die restlichen Akteure haben ein Ämtli als Team-Götti übernommen. Die erste Mannschaft nimmt ihre Vorbilds Funktion wahr und orientiert sich an der vom Vorstand erarbeiteten Strategie.

Es mag sein, dass die Mannschaft in der Spitze leicht schwächer besetzt ist als in den vergangenen Jahren. Umso erfreulicher ist die Tiefe im Kader. Dem Trainerstab stehen 24 beliebig kombinierbare Spieler zur Verfügung. In der Vorbereitung agierten die Capitals nach der achtmonatigen Zwangspause sehr inkonstant. Es wird die Aufgabe der Coaches sein diese Schwankungen zu minimieren, um spätestens im Februar eine eingeschworene und taktisch gut geschulte Mannschaft geformt zu haben.

Ein Durchmarsch wie in den letzten zwei Jahren darf nicht erwartet werden, trotzdem ist die Mannschaft hungrig, sich auch in dieser Spielzeit im oberen Drittel der Tabelle einzunisten. Ich würde mich freuen, wenn unser Weg honoriert und die Mooshalle Gümligen wieder zu einem gemeinsamen Erlebnis- und Austauschort der gesamten Caps-Familie wird.



Torhüter

34	Knüsel Darius	1998
75	Weissgerber Sebastian	1999
93	Nydegger Pascal	1993

Defensive

2	Zürcher Silvan	1999
5	Dähler Matthias	1998
10	Schwab Loïc	1993
11	Mühlematter Lorenz	1993
15	Eggenschwiler Simon	1999
16	Wehrli Sébastien	1997
20	Hirsbrunner Tobias	1999
26	Ninck Emanuel	2000
87	Kummer Timo	1992
89	Blaser Jascha	1997

Offensive

7	Kummer Sven	1995
8	Walker Oliver	1997
12	Sutter Manuel	1990
13	Hansen Timon	2000
19	Kohler Raphael	1991
27	Hählen Lukas	1993
68	Wyss Elias	1995
71	Mühlematter Kilian	1995
72	Zwahlen Cyrill	2000
73	Righini Stefan	1990
77	Danuser Daniel	1987
95	Ritter Pascal	1999
97	Buchser Simon	1997

Staff

Danuser Daniel (Headcoach), Cueni Rafael (Assistenztrainer), Gysel Martin (Assistenztrainer), Bieri Markus (Assistenztrainer), Minder Markus (Teammanager), Brügger Flavien (Physis/Physio), Balk Sarah (Physiopraxis)

Team U21



Torhüter

1	Lauener Brian	
89	Hübscher Sven	

Defensive

71	Britt Georg	
2	Ebinger Nick	
19	Hofmann Lucas	DL Köniz U18
88	Schwab Jann	
32	Wespi Simi	
	Schlosser Matthias	
	Wermuth Yanik	Neu

Offensive

26	Berger Alois	
14	Guggisberg Jan	
13	Gygax Timon	
9	Husi Yanick	
25	Knüsel Jolan	
97	Kupferschmied Luca	
22	Schertenleib Hayo	
5	von Däniken Florian	
	Balli Livio	DL Köniz U21
	Schütz Tim	DL Köniz U21
	Pfyffer Adrien	DL Köniz U21

Staff

Zingg Christoph
Mühlematter Gregor

Aye Aye, Lan-Piraten!

Christoph Zingg, Headcoach

Ahoi, ihr jaulenden und heulenden Höllenhunde, ab September donnern wieder die Angriffs-Trommel der Lan-Piraten durch die Unihockey-Hallen der Schweiz. Auf die Jungs auf Enterkurs warten wieder neue Abenteuer, sicher werden es deren 18 sein, aber ein paar Raubzüge mehr dürften es gegen Ende des Piratenjahres schon noch werden.

Nach dem Ziel des Raubzuges gefragt, liess sich Kapitän Glasauge Chris allerdings noch nicht in die Karten schauen. Bei Piraten sei es schliesslich Brauch, die Crew erst auf hoher See über das Ziel zu informieren. Er liess jedoch durchblicken, dass ein riesengrosser Schatz Auslöser der Plündereien sei, in deren Mittelpunkt eine grosse Schar blutrünstiger Piraten steht, denen viele komische Dinge passieren, weil sie... mehr sei an dieser Stelle nicht verraten.

Ebenfalls wortkarg gaben sich der alte Seebär, Quartiermeister Gregi, und der Navigator, Klabautermann Raphi. Aye: Lafärä isch Siuber, kämpfä isch Goud!

Natürlich darf dabei Jolly Rogers nicht fehlen. Dieses Symbol der Piraten soll vor jedem Auslaufen des Lan-Piraten-Dreimasters gehisst und zelebriert werden. Dabei wird der Kreativität freien Lauf gelassen und ein erfolgreiches Entern zusammen gefeiert. Also wehe, wenn sie losgelassen… die Enterhaken werden auf jeden Fall geschliffen, die Holzbeine frisch lackiert, Glasaugen auf Hochglanz poliert, die Säbel geschärft, das Deck geschrubbt, Segel gespannt, Pistolen geladen und dem Papagei das Sprechen beigebracht.

Wer wissen will, was es mit den Geschehnissen auf sich hat, der komme einfach mit guter Laune im Seesack beim Lan-Piraten-Dreimaster vorbei und setze mit uns die Segel.

Die bunte Bande freut sich über jeden neuen Piraten, der anheuert. Der Spass am gemeinsamen Entern öffnet schliesslich die Welt unserer Meere.

Bereit zum Entern? AYE AYE!!!

Team U18

Für den individuellen und den kollektiven Fortschritt

Adrian Stettler, Trainer

In der verkürzten Saison 2020/21 konnte die U18, abgesehen von einem schwarzen Tag im Wallis, ausschliesslich Erfolge feiern. Doch der Direktvergleich mit den stärksten Gegnern der eigenen Spielklasse blieb leider aus. Im Frühsommer am Comeback Cup konnte dies dann nachgeholt werden mit bereits rotiertem Kader für die Saison 2021/22. Die Resultate stimmten optimistisch: einem Sieg über Team Aarau folgte eine umkämpfte Niederlage im Halbfinal gegen Floorball Fribourg.

Obwohl das Potenzial des Teams im Comeback Cup augenfällig war, wurden auch Limitationen im Spiel mit und ohne Ball aufgezeigt. Der Coaching Staff beschloss daher unmittelbar nach dem Ausscheiden klare Ziele für den Sommer zu definieren. Es wurden Trainingsformen entwickelt, welche direkt die aufgezeigten Limitationen adressieren um gezielt die kommende Saison vorzubereiten. Dieser Prozess wurde im Trainingslager in Interlaken abgeschlossen. Ein internes Spiel offenbarte, wie viele der neuen Elemente bereits vom Team umgesetzt werden konnten.

Die kommende Saison verspricht mehr Ungewissheit denn je. Sicherlich sind in der eigenen Gruppe starke Teams aus Fribourg, Lausanne und Langenthal am Start. Die restlichen Teams sind aber zu diesem Zeitpunkt sehr schwierig einzuschätzen. An der Schüpbach Trophy konnten einige dieser Unklarheiten aufgedeckt werden, da eine Vielzahl der restlichen Gruppengegner auch dort vor Ort war.
Im Trainingslager wurde teamintern über geeignete Saisonziele diskutiert. Sicherlich ist das Potenzial für eine Platzierung in der oberen Tabellenhälfte vorhanden. Allerdings sollte auf Juniorenstufe nie vergessen werden, dass auch Entwicklungsziele im langfristigen Rahmen verfolgt werden. Der Coaching Staff bleibt daher Prozess- und nicht Ergebnisorientiert und freut sich sowohl auf die individuellen wie auch die kollektiven Verbesserungen.



Torhüter

92	SchärenNils	2006
94	Jenny Noah-Leon	2004

Defensive

21	BergmannTim	2004
14	Pätzold Basil	2004
12	Schleppi Timo	2004
61	Schwab Thibaud	2004
18	Killer Sebastian	2005
4	Müller Alois	2005
93	Steiner Sven	2005
99	Moser Bastian	2005

Offensive

37	Ryser Yoël	2004
77	Von Siebenthal Nino	2004
32	Reber Jonah	2004
6	Gerber Nicolas	2005
19	Matter Enea	2005
17	Guillelmon Fabio	2005
91	Von der Planitz Julian	2006
22	Aeschbacher Kirin	2005
16	Allenbach Adrian	2005
15	Grüter Nils	2005
10	Jauernig Severin	2005
3	Von Däniken Tim	2005
2	Watrin Louis	2005
27	Colazzo Mattia	2005

Staff

Stettler Adrian	
Jenny Patrik	Caps U16
Schüpbach Robin	Neu
Stettler Simon	Neu

Team U16

Eine Saison mit vielen Unbekannten

Loïc Schwab, Trainer

Vor zwei Jahren gewann die U16 die Meisterschaft noch, letztes Jahr gab es, wir wissen es alle, einen Unterbruch. Nun geht es unter schwierigen Vorzeichen in eine neue Saison. Zwar konnte die Mannschaft ab Januar grösstenteils wieder normal trainieren und durchlief im Frühling die gewohnte Selektion, jedoch fehlt natürlich die Matchpraxis und die Erfahrung der letzten Saison. Der ältere Jahrgang hat also nicht viel mehr Erfahrung auf U16-Stufe als der jüngere. Nun denn, bei allen anderen Teams der Gruppe ist das ja ähnlich.

Mit vielen Testspielen und mit dem Wissen, früher dran zu sein, bot sich der U16 und dem Staff die Gelegenheit den Rückstand in spielerischer und physischer Hinsicht aufzuholen. Ob das nun gelang, wird die neue Saison zeigen.

Nach einem gelungenen Meisterschaftsstart, musste die U16 in den zwei folgenden Spieltagen jeweils als knapper Verlierer vom Feld. Das zeigt einerseits: Die Saison wird kein Zuckerschlecken, aber andererseits auch: Die Gegner sind in Reichweite. Es geht nun darum, in den Trainingseinheiten konzentriert und motiviert zu arbeiten, um sich in der Meisterschaft am Tabellenkopf orientieren zu können. Das Potenzial für eine erfolgreiche Spielzeit 21/22 wäre nämlich vorhanden. Wir haben es in der Hand: S'geit nume zäme!



Torhüter

30	Huber Yann	2007
33	Burkard Juri	2006
98	Guggisberg Joel	2007

Defensive

5	Jauernig Marco	2007
8	Späni Nico	2007
11	Kost Maurin	2006
13	Wyder Alex	2007
19	Breiter Niklas	2006
21	Ruch Levin	2007
23	op den Camp Ron	2006
24	Luchs Vincent	2006

Offensive

2	Hunziker Lars	2006
3	Hänni Noe	2007
4	Zuber Beda	2007
7	Pfarrer Nicola	2007
12	Feuz Juli	2006
14	Dörig Rafael	2006
15	Shenton Vincent	2006
16	Joggi Adrian	2007
17	Jampen Yanik	2006
18	Ebiner Janic	2006
92	Bösiger Elia	2007
93	Hocke Jamie	2006
99	Bucher Jonathan	2006

Staff

Neuhaus Labinot
Schwab Loïc
Wanzenried Silvio
Brügger Yann

www.bauhaus.ch

BAUHAUS®

Der Spezialist für Werkstatt, Haus und Garten



www.bauhaus.ch

Heute bestellt – morgen geliefert!

✔ Die grösste Auswahl
✔ Die besten Preise
✔ Kompetente Fachberatung
✔ Unschlagbare Serviceleistungen

Matran (FR) | Mels (SG) | Niederwangen (BE) | Oftringen (AG) | Schlieren (ZH)

Saisonausblick



Philippe Matter
Juniorenobmann

Wachstum aus eigener Kraft

Es ist nicht mehr selbstverständlich, dass auf allen Juniorenstufen die Trainings und Spiele weitestgehend normal durchgeführt werden können. Hoffnung und Zuversicht bleiben gross, dass die Saison wie geplant durchgeführt werden kann und wir sind bereit dafür – mit allen Mannschaften. Die ersten Trainingsspiele und Turniere haben dies gezeigt. Diese Bereitschaft hat einen Namen: Top Trainerinnen und Trainer.

Im Einsatz für den Nachwuchs

Es sind also die Trainerinnen und Trainer, die die Teams mit viel Engagement, viel Leidenschaft und viel Wissen auf die Herausforderungen auf und neben dem Spielfeld vorbereiten. Betrachtet man unseren Verein als grosses Team, bilden die Trainerinnen und Trainer als Rückgrat ein unglaublich tolles Team im Team. Das sich insbesondere auch junge Menschen für einen Verein und für die Kinder und Jugendlichen einsetzen, ist in der schnelllebigen und vielschichtigen Zeit, in der wir uns bewegen absolut keine Selbstverständlichkeit und all ihnen gebührt grossen Respekt. Es ist bestimmt nicht das Entgelt, das diese Menschen bewegt ein Amt in einem Sportverein zu übernehmen, es sind die Freude am Unihockey, an der Arbeit/Zusammenarbeit mit den Kindern und Jugendlichen sowie der Teamgeist. Rechnet man Parkgebühren und Transportkosten (an Trainings, Spielen und Sitzungen), spendierte Glaces/Pizzas … für die Mannschaften, Aufmerksamkeiten an Spielen und im Trainingslager … ab, bleibt unter dem Strich für die unzähligen aufgewendeten Stunden keiner Trainerin und keinem Trainer viel für sich selbst übrig, wenn überhaupt. Das hier ist keine Bettelaktion. Wichtiges muss einfach gesagt und verdankt sein: Danke liebe Trainerinnen und Trainer für euren unermüdlichen Einsatz! Vielleicht tragen diese Zeilen bei einer nächsten verbalen oder elektronischen Reaktion diesen Menschen gegenüber zu einem entsprechenden Bewusstsein bei. Ich möchte aber mit Stolz und auch hier mit Dankbarkeit festhalten, dass der Grossteil aller Eltern, Spielerinnen und Spieler sich tadellos gegenüber den Trainerinnen und Trainern verhalten. Das zeugt von einer offenen und respektvollen Kommunikationskultur.

Strategiearbeit als Basis für die Zukunft

Wenn wir schon beim Thema Team und Teamarbeit sind, stellen wir uns die Frage, wie sich Teams entwickeln können. In der Arbeitswelt ist es selbstverständlich, sich mit Strategie und Massnahmenumsetzung auseinanderzusetzen. Bei Sportvereinen reicht es auch schon lange nicht mehr, einen Stock zu nehmen, auf einen Ball zu hauen und Tore zu schiessen. Das wäre im Endeffekt zu kurzsichtig und kurzfristig. Wie bereits oben aufgeführt stellen wir uns die Caps als Ganzes als ein Teamkonstrukt vor. Auf allen Stufen muss in die gleiche Richtung gearbeitet werden, dass der Verein sich nachhaltig positionieren kann. Ein wichtiger Grundpfeiler hierzu ist die Nachwuchsarbeit. Basis- und Teamarbeit sind gefordert. Teamarbeit ist eine intensive und aktive Form der Zusammenarbeit von Einzelpersonen in Gruppen. Dazu gehören Spielerinnen und Spieler gleichermassen wie Eltern, Trainerinnen und Trainer, Betreuende sowie Vereinsfunktionäre. Die Kommunikation zwischen diesen Personen und die gegenseitige Unterstützung sind zentrale Aspekte in der Teamarbeit. So wird nicht nur die Einheit des Teams gestärkt, sondern auch das gesamte Teamkonstrukt nachhaltig gestaltet. Die Devise lautet daher immer dranbleiben und weiterentwickeln: Stellt euch einen Brunnen in der heissen Sommersonne vor, in welchem das Wasser abgestellt wird. Die Sonne und die Luft werden ihren Teil früher oder später dazu beitragen, dass der Brunnen mit der Zeit austrocknet. Darum haben wir auch in der Nachwuchsförderung klare Strategieziele und wollen mit Unterstützung aller «Wachstum aus eigener Kraft» erreichen. Die Basis dazu ist gelegt, nun geht es darum gemeinsam in diese Richtung zu arbeiten. Die Bern Capitals (Ost) freuen sich sehr auf diesen gemeinsamen Weg und danken für die Unterstützung. Gemeinsam für die Zukunft, gemeinsam für den Nachwuchs, gemeinsam in die gleiche Richtung

Team 2. Liga Grossfeld

Noch einmal voll angreifen

Nico Galli, Trainer

Alle Jahre wieder beginnt im Frühling die Planung der neuen Saison. Einzelne Spieler stellen sich die Frage hinsichtlich ihrer Zukunft im Unihockeysport.

Soll ich noch einmal angreifen und den Schritt in eine höhere Liga versuchen oder doch endgültig kürzertreten?

Soll ich die Strapazen des Sommertrainings tatsächlich noch einmal auf mich nehmen, damit wir nicht nur im Herbst sondern auch im nächsten Frühjahr immer noch die Kraft und Ausdauer für 60 Minuten plus einer allfälligen Verlängerung haben?

Wie alle Jahre gab es auch dieses Jahr einige namhafte Abgänge und vielversprechende Zuzüge zu verzeichnen.

Und doch war in diesem Frühling so einiges anders als alle Jahre. Das Ende der letzten Saison kam so abrupt, dass sich niemand darauf einstellen konnte. Die unihockeyfreie Zeit war so lange, dass sich viele zuerst wieder daran gewöhnen mussten, sich zweimal in der Woche mit 15 bis 20 anderen zu treffen und sich durch das alljährlich geliebte Sommertraining mit Gianni zu beissen. Als endlich auch wieder Hallentrainings möglich waren, kam neben der verlorenen Fitness auch noch die fehlenden Koordination der Hände zum Vorschein.

Durch viele Ballkontakte, grossen Verbesserungswillen und eine Menge Spass, endlich wieder ein gemeinsames Ziel verfolgen zu können, waren von Training zu Training grosse Fortschritte zu erkennen.

Der Fitnessstand, das Stickhandling und die Automatismen waren auch schon besser, doch die Vorfreude auf die neue Saison ist wie alle Jahre riesig!!!



Torhüter

3	Andreas Keller	1992	

Defensive

2	Lars Bischhausen	2000	neu U21 Caps
4	Wanzenried Silvio	1995	
5	Elia Stanger	2000	neu U21 Caps
6	Levi Schütz	1999	
8	Galli Silvano	1988	
12	Vuilleumier Patric	1997	
16	Galli Nico	1983	Spielertrainer
17	Spycher Nils	1995	
18	Brügger David	1995	
22	Fabio Merki	2000	neu U21 Caps
24	Walther Simon	1991	
26	Raphael Egli	2000	neu U21 Caps
70	Rothenbühler Jan	1999	
81	Brügger Yann	1993	

Offensive

7	Ramseyer Jan	1990	Captain / Spielertrainer
13	Kappeler Nicola	1998	
14	Lussi Alexander	1986	
19	Burgherr Nicolas	1995	
21	Von Gunten Marco	1991	
23	Jan Zimmermann	1999	
25	Wüthrich Andreas	1990	
61	Rimle Lukas	1995	
72	Haussener Elias	1995	
73	Flückiger Sandro	1995	
87	Pfäffli Patrick	1997	
99	Schüpbach Robin	1993	

Staff

Galli Nico	1983	Spielertrainer
Ramseyer Jan	1990	Spielertrainer

Team 4. Liga Grossfeld



Ergänzt mit Erfahrung und Spielstärke

Tim Jeitziner, Trainer

So gross die Vorfreude auf die letzte Saison auch war, so schnell verflog sie auch wieder. Nach nur einer Runde wurde die Saison zuerst unter- und danach abgebrochen. Nichtsdestotrotz hat die 4. Liga ab dem Zeitpunkt, als Trainings virustechnisch wieder möglich waren, direkt den Trainingsbetrieb aufgenommen und konnte sich somit viel länger auf die neue Saison vorbereiten als im Vorjahr.

Auch personell hat sich etwas getan bei der 4. Liga Grossfeld. Der langjährige «Teampapi» Luc und Migu haben das Team bedauerlicherweise auf die neue Saison verlassen. Diese Abgänge konnten jedoch ideal kompensiert werden, kehrte doch der langjährige Bern Östler Marco Heiniger zum Team zurück, während von Frutigen Nicolas Miauton und von Floorball Köniz Fabian Michel dazu stiessen. Der Trainerstaff ist glücklich, die Abgänge des Teams durch Erfahrung und Spielstärke perfekt kompensiert haben zu können und ist froh, die drei neuen Jungs an Bord begrüssen zu dürfen.

Auf geht's in die neue Saison!

Torhüter

Rasch Lorenz	1994	
Weniger Lars	1995	

Defensive

Cesarano Fabio	1988	
Demont Raphael	1997	
Keller Marc	1995	
Leonardo Sandro	1995	
Maulaz Noé	1996	
Meierhofer Nicola	1996	
Neuhaus Labinot	1994	
Moser Reto	1996	

Offensive

Albisser Aaron	2000	
Heiniger Marco	2000	
Jeitziner Tim	2000	Spielertrainer
Bechler Yannick	1993	
Etter Yannick	1994	Spielertrainer
Gübeli Cornel	1995	
Hofmann Elia	1990	
Kaufmann Samuel	1998	
Von Wattenwyl Bastian	1995	
Rolli Luca	1992	
Mutzner Noah	1995	Spielertrainer
Michel Fabian	1996	
Miauton Nicolas	1995	



Jetzt gewinnen: Gutschein von Unihockeycenter.ch im Wert von CHF 300.–

Wir sind Partner.

Profitieren Sie von 10 Prozent Kollektivrabatt auf ausgewählte Zusatzversicherungen. Auch Mitglieder der Bern Capitals, die nicht bei Visana versichert sind, können von der Partnerschaft profitieren: Jetzt am Wettbewerb teilnehmen und mit etwas Glück eine Ausrüstung von Unihockey-center.ch im Wert von CHF 300.– gewinnen.

Visana Services AG, Generalagentur Bern,
Laupenstrasse 3, 3001 Bern,
Tel. 031 389 22 11, bern@visana.ch,
visana.ch/berncapitals

Wir verstehen uns. visana

Team 4. Liga Kleinfeld



Torhüter

Begré Lorin	1991	
Krebs Simon	1984	
Waldspruger Flavio	1992	

Feldspieler

Aeschbacher Markus	1983	
Brügger Pascal	1982	
Bumbacher Lukas	1982	
Crameri Fadri	1990	
Farine Yves	1984	Trainingsgast
Geiser Philip	1985	
Hählen Stefan	1986	
Häusler Michael	1987	Trainingsgast
Meier Werner	1986	
Moser Reto	1984	Trainingsgast
Nold David	1990	
Plurimo Alessandro	1986	Trainingsgast
Prinz Roland	1985	
Ruckli Daniel	1987	
Stettler Simon	1987	
Teuscher Mario	1986	
Thomas Maurice	1990	Neu Bern Capitals 1. Liga
Tröhler Raphael	1980	Trainingsgast
Troller Stefan	1988	

Staff

Meier Werner	1986	Spielertrainer
Nold David	1990	Spielertrainer

Auf ein zweites Jahr!

David Nold

Nach dem Aufstieg in die 4. Liga strebten die «jungen Wilden» im vergangenen Jahr gleich den weiteren Aufstieg an und wollten im Ligacup möglichst lange für Furore sorgen. Doch es kam ganz anders…

Die Saison startete früh, da man im Ligacup schon in der ersten Runde ran musste. Gegen den 3. Ligisten Grauholz setzte man sich dank einem offensiven Feuerwerk durch. In der nächsten Runde wartete mit UHU Bern ein ungemütlicher Gegner, der vor allem dank der Effizienz der dritten Linie geschlagen werden konnte.

Danach folgte bereits das Saisonhighlight, wo man sich schon fast als Profi fühlte: eine Doppelrunde mit Ligacup und Meisterschaft. Im Cup empfingen die Östler den 1. Ligisten Riviera Raptors. Mit der bis heute besten Leistung dieses Teams konnte man eine Runde weiterziehen. Unvergessen das Last-Minute-Tor zum Sieg. Daran sollten sich die Herren noch lange erinnern. Am Folgetag führten die ausgeruhten Spieler das Team zu den ersten beiden Siegen in der Meisterschaft. Aufgrund des Torverhältnisses fand man sich wieder an der Tabellenspitze.

Was danach folgte? Der bekannte zweite Saisonabbruch. Somit kann man den Text vom letzten Jahr passenderweise nochmals verwenden:

«Die Transferaktivitäten hielten sich den Sommer über in Grenzen. Die Sportdirektoren Meier und Nold blockten einige Anfragen ab. Der Erfolg und Mannschaftsgeist stehe über den finanziellen Anreizen, die ein Spielerverkauf mit sich bringen würde. Es sieht danach aus, als würde eine nahezu unveränderte Mannschaft die Meisterschaft 2021/2022 bestreiten.»

Der Unterschied zum Vorjahr: Im Ligacup machte sich die fast einjährige Pause bemerkbar, man schied unglücklich in der ersten Runde raus. Somit können sich die «jungen Wilden» voll auf die Meisterschaft konzentrieren.

KRÜGER

Die Capitals sorgen für heisse Spiele.

Wir sorgen für optimales Klima.

Krüger + Co. AG / 3110 Münsingen / T 031 720 20 00 / muensingen@krueger.ch / krueger.ch

entfeuchten
heizen
kühlen
sanieren

Team U14



Torhüter

94	Schaeren Len	2008	Neu, D-Junioren
82	Villiger David	2008	Neu, D-Junioren

Defensive

2	Matter Aimée	2008	
4	Gerber Andri	2009	Neu, D-Junioren
9	Wüest Philipp	2008	Neu, C-Junioren
17	Fehlmann Timo	2008	
18	Bill Kenji	2008	
19	Schwab Etienne	2008	
20	Schüpbach Kiano	2008	
27	Boss Lionel	2010	Neu, D-Junioren

Offensive

6	Gerber Marc	2008	
7	Kost Aaron	2008	
8	Leuenberger Jonas	2008	
10	Lang Mats	2008	
11	Breitenmoser Samuel	2008	
12	Holzmann Jeremy	2009	Neu, D-Junioren
13	Huber Cyril	2010	Neu, D-Junioren
16	Roethlisberger Leon	2009	Neu, D-Junioren
21	Leuenberger David	2010	Neu, FB Köniz U12
22	Schmied Tanja	2008	

Staff

Dähler Matthias
Wehrli Sébastien
Haussener Elias
Mühlematter Lorenz

Den Hunger wieder wecken

Lorenz Mühlematter, Trainer

Nach einem furiosen Start in der letzten Spielzeit und einer abgebrochenen Saison stellt die U14 ein Team mit wenig Spielerfahrung. Die abgebrochene Saison wurde aber zum Vorteil, indem man bereits Mitte März den Teamwechsel durchgeführt hat. Somit konnten die Kids bereits früh mit dem Grossfeldtraining starten, was dem Trainerstaff die Möglichkeit bot, am talentierten Kader zu schleifen und die Spieler optimal auf die Saison vorzubereiten. Rund die Hälfte der Spieler hatte uns Richtung U16 verlassen. Die Zuzüge kamen zu einem grossen Teil aus den eigenen C und D Junioren Teams. Die älteren Spielerinnen und Spieler halfen den jungen, sich zu integrieren und so entstand schnell eine gute Stimmung im Team. Der Trainerstaff blieb für die neue Saison unverändert.

In der Vorbereitung konnten wir einige Testspiele absolvieren, aus welchen die Spielerinnen und Spieler neue Erfahrungen zu gewinnen vermochten. Besonders die jüngeren Spieler, die vom Kleinfeld kamen, durften in den Vorbereitungsspielen profitieren und viel auf dem Grossfeld stehen. Das erste Testspiel absolvierten wir bereits Ende Mai gegen Köniz U14A. Weitere Tests folgten gegen Konolfingen U14 und Köniz U12. Das Team begann zu lernen, was es heisst Unihockey zu spielen und belohnte sich bereits mit schön herausgespielten Toren in den Testspielen. Die Disziplin im Team ist sehr gut, die Jungs und Mädchen arbeiten im Training konzentriert und auch die Trainingspräsenz ist sehr gut. So erreichten wir in den Trainings eine hohe Qualität.

Der letzte Meilenstein vor der neuen Saison war das Trainingslager in Frutigen. Dort wurde das Augenmerk auch darauf gelegt, in der trainingsfreien Zeit den Teamgeist zu stärken und als Mannschaft noch mehr zusammenzuwachsen. In den intensiven Trainings in Frutigen wurde das Team noch ein letztes Mal gefordert, bevor es in die Meisterschaft geht, wo wir hungrig und frech aufspielen wollen.

Team Junioren A

Mit B Junioren in der A-Klasse

Nicola Kappeler, Trainer

Mit einem sehr jungen Team werden wir diese Saison versuchen uns in der Stärkeklasse der A Junioren zu etablieren. Das Team wurde im Gegensatz zum letzten Jahr deutlich verjüngt, wenn auch ein Grossteil des Teams zusammengeblieben ist. Für knapp die Hälfte des Mannschaft ist es die zweite Saison bei den Junioren A. Ergänzt wurde das Team mit C Junioren und durch Zuzüge vom Gürbetal RK. Ein kleiner Teil unserer Mannschaft wird zum ersten Mal eine Unihockey-Lizenz lösen und mit voller Vorfreude an die ersten richtigen Unihockeyspiele reisen. Dieser Mix aus Erfahrung und jugendlicher Frische wird uns in der Saison bestimmt auch an den Spielen weiterhelfen. Eine schwierige Situation haben wir auf der Position des Goalies. Leider hat unser Torhüter aufgehört und wir haben nun keinen fixen Goalie mehr. Zusammen mit der U16 suchen wir eine Lösung, sodass wir immer einen Torhüter von ihnen an den Spielen dabeihaben.
Der Trainerstab blickt gespannt auf die neue Saison und hofft, dass wir die Saison 21/22 mit soliden Leistungen und guten Resultaten bewältigen. Es geht uns darum, dass die B Junioren möglichst viel Erfahrung in der Welt der A Junioren sammeln können. Die Jungs im B Junioren Alter sollen viel von unseren drei A Junioren lernen und somit immer besser werden, damit man in zwei bis drei Jahren zu den besten A Junioren Teams der Region gehört.
Im Trainerstab hat es keine grossen Änderungen gegeben. Levi Schütz ist durch eine Hüftoperation ein wenig kürzergetreten. Er wird jedoch weiterhin die A Junioren an einige Spiele begleiten. Neu im Trainerstaff dabei ist Patrick Pfäffli. Er tritt seine erste Saison als Trainer an. Da Levi Schütz nicht mehr Cheftrainer sein kann, hat Nicola Kappeler ihn abgelöst. Nicola kennt das Team schon von der letzten Saison, als er noch Assistenztrainer war.
Wir freuen uns auf die ersten Meisterschaftsrunden. Am 17. Oktober 2021 findet in Gümligen unser Heimturnier statt. Wir hoffen auf viele Zuschauer!



Kader

4	Marques Cordeiro Miguel	2006
5	Finger Nick (A)	2006
8	Wermuth Luca (C)	2005
9	Küng Kimmo	2005
10	Tatschl Kim	2006
12	Binder Jonas	2006
13	Mikhail Timo	2006
14	Köchler Noé	2006
17	Widmer Timothy	2006
16	Tobler Luke	2006
18	Buri Fabian	2007
19	Koller Peppe	2007
25	Halter Eric	2006
26	Mira Nick	2007

Staff

Kappeler Nicola	1998
Pfäffli Patrick	1997
Schütz Levi	1999

IFF
Men's World Floorball Championships 2022
5.–13. November | Zurich & Winterthur
Switzerland

Team Juniorinnen A



Kader

1	Baumann Larissa (G)	2005
7	Aimee Matter	2008
9	Hannah Touhami	2009
10	Malin Knöfel	2004
11	Maie Nagel	2007
12	Alessia Piller	2005
20	Anja Gross	2007
21	Tanja Schmied	2008
22	Zoë Rähm	2005
25	Sarah Keller	2005
27	Lynn Fankhauser (C)	2005
28	Jana Kormann	2004
92	Ania Schneider (G)	2006
	Mélina Mani	2008

Staff

Fankhauser Martin	
Fankhauser Michèle	

cinclus
boutique counselling

Let's do it again

Michèle Fankhauser, Trainerin

Nach einem hoch verdienten zweiten Platz in der Saison 2019/20, der nicht zuletzt durch einige blaue Flecken hart erkämpft wurde, stand die neue Saison 2020/21 vor der Tür. Wie wir alle wissen, wurde die Saison leider abgebrochen. Dies nachdem wir nach den ersten vier Spielen die Tabelle klar angeführt und einen Supersaisonabschluss vor Augen hatten.

Da wir für diese Saison nur 3 Juniorinnen B Girls im Team haben, treten wir als Juniorinnen A an. So können die Girls, die aus dem B Alter herausgewachsen sind, noch eine weitere Saison bei uns bleiben. Zudem konnten wir noch zwei U21 Spielerinnen von den Wizards für uns gewinnen und haben mit noch zwei Juniorinnen C ein gemischtes und gutes Kader zusammen.

Mit «let`s do it again» haben wir für die Saison ein Motto gewählt, das mit Sicherheit wieder einen gewissen Druck auf die Mannschaft ausüben wird. Nichts desto trotz sind wir überzeugt, dass mit diesem Team vieles möglich ist. «Let`s do it again» soll nichts anderes bedeuten als: «Wir können und wir werden nochmals!!!»

Gemäss unserem letztjährigen Motto «Let`s do it» wollen wir ans Ende der letzten Saison anknüpfen und sie zu Ende bringen. Es soll aber vor allem die Freude am Unihockey auch weiterhin im Vordergrund stehen!

Einen grossen Dank möchten wir an dieser Stelle an alle Modis aussprechen, die uns verlassen haben. Es war eine sehr grosse Freude, euch auf eurem Weg zu begleiten und eure Entwicklung auch ein wenig mit beeinflussen zu dürfen.

Merci – Mia, Clio, Helena und Camila

Auf eine spannende Saison

Team Juniorinnen C

Hoffen auf eine ganze Saison

Lara Wüthrich, Trainerin

Auch die zweite unvollständige Saison in Folge tut der Motivation der Juniorinnen bei den Bern Capitals Ost keinen Abbruch. Die Struktur mit zwei Mädchenteams auf den Stufen D und C bleibt erfreulicherweise erhalten, da weiterhin neue Spielerinnen zum Team stossen. Auf diese Saison sind es deren vier. Obwohl die jüngsten der Hauptstädterinnen bei den D-Juniorinnen spielen, ist unsere Mannschaft für die Spielklasse C verhältnismässig jung. Wir dürfen also gespannt sein, ob die Mädchen in dieser Saison den Schritt schaffen, Teams mit älteren Spielerinnen zu ärgern oder zu schlagen. Dass sie heiss auf Unihockey sind und es kaum erwarten können, wieder zu spielen, war an zahlreichen Events wie dem Vierländerturnier oder dem Supercup zu spüren, wo die C-Juniorinnen scharenweise anzutreffen waren.

Die Vorbereitung war aufgrund der Sommerferien wie immer knapp bemessen, weswegen das Teambuilding und die technische und taktische Grundausbildung in der ersten Saisonhälfte sicherlich die Schwerpunkte bilden werden. Jedoch sind wir weiterhin bestrebt, auch die einzelnen Spielerinnen weiterzubringen und die Freude am Unihockey zu fördern. Wenn dies im Training umgesetzt und endlich wieder eine ganze Saison gespielt werden kann, erwarten wir zu Beginn zwar keine Wunder, glauben aber an besagten nächsten Schritt unserer C-Juniorinnen!



Kader

5	Hindenberg Annika (C)	2008	
4	Gfeller Céline	2010	(Förderkader)
6	Eisenring Larissa	2010	(Förderkader)
7	Matter Aimée	2008	
8	Kölliker Lea	2010	(Förderkader)
9	Touhami Hannah	2009	
11	Mani Mélina	2009	
14	Schürch Lina (G)	2009	
23	Monn Valeria (G)	2008	
24	Ehrler Léonie	2009	
35	Wissing Jil	2009	
37	Imoberdorf Liva	2009	
40	Reinhard Gina (C)	2009	
41	Blaser Milena	2009	
	Steinmann Thalia	2008	

Staff

Wüthrich Lara	
Götz Aline	

Wir sind dabei.
www.jugendundsport.ch
Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Bundesamt für Sport BASPO

Team Junioren C

Eine bunt gemischte Truppe

Florin Knüsel, Trainer

Nach zahlreichen Abgängen (U14 und Junioren A) starteten wir mit sage und schreibe drei Feldspielern und einem Goalie in die Vorbereitung. Dank vielen D-Junioren, die bei uns ein zweites Training absolvieren, können wir den Betrieb aufrechterhalten. So stehen wir oft mit einem bunt gemischten Team aus D-, C- und teilweise auch A-, U14- oder U16-Junioren in der Halle. Die Spieler sind immer motiviert und bereit, Neues zu lernen. Die Freude am Unihockey ist bei allen riesig und auch wir Trainer freuen uns jeweils sehr auf den Mittwoch-Abend und die Herausforderung, den verschiedenen Ansprüchen der Spieler gerecht zu werden. Es ist auch eine grosse Chance, nebst den Konstanten immer wieder verschiedene Gesichter in den Trainings zu haben. Alle können voneinander lernen und die Integration funktioniert gut. Das sah man auch im Trainingslager, als wir mit den Juniorinnen D und C zusammen die Trainingseinheiten absolvieren konnten.

Die grosse Frage bleibt: Sind wir genügend Spieler für die Meisterschaft? Nachdem unser Kader im Sommer um einen Drittel angewachsen ist und wir von diversen Juniorenteams die Unterstützung bei den Matches zugesichert erhielten, entschieden wir uns für die Anmeldung beim Verband. An dieser Stelle danken wir nochmals herzlich allen Trainerinnen und Trainern für die grosse Unterstützung! Es fägt mit euch!

Ein riesiges Dankeschön geht auch an alle Spielerinnen und Spieler, die zu uns in die Trainings kommen oder an die Matches mitfahren und natürlich an unsere Junioren! Trotz der schwierigen Situation haben wir immer lehrreiche Trainings, die Spass machen und da tragt ihr einen grossen Teil dazu bei. Neue Spieler sind jederzeit herzlich willkommen! Wir freuen uns auf eine tolle Saison mit vielen kleineren und grösseren Highlights.



Kader

9	Estermann Micha	2008
11	Küng Raimo	2009
13	Wiese Emil	2009
14	Richard Sébastien	2008
30	Stegmann Sascha (G)	2008

Staff

Knüsel Florin	Coach
Rezzonico Nicola	Coach
Merki Fabio	Coach

Team Junioren D Rot

15 Wildfänge und zwei neue Trainerinnen

Sarah Röthlisberger, Trainerin

Der neue Staff bei den Junioren D Rot durfte diese Saison ein Team begrüssen, welches aus erfahrenen D-Junioren und neu dazugekommenen E-Junioren besteht. Eine Gruppe mit Kampfgeist, Elan und Freude am Unihockey. Zudem merkten wir schnell, dass wir es bei den D-Rot der Bern Capitals Ost auch mit ein paar Wildfängen zu tun haben. Manchmal sind die 15 «Gielä» im Training nicht leicht zu bändigen oder zur Ruhe zu bringen. Geht es jedoch ums Mätchlen ist jeder bereit, vollen Einsatz zu geben.

Dies wurde auch beim Saisonstart klar. Die D Rot geben auf dem Feld alles und neben dem Feld übertönen die Anfeuerungsrufe unserer Junioren jedes andere Team. Leider hat es noch nicht für den ersten Sieg gereicht. Es ist klar, dass es noch einige Punkte gibt, an welchen wir arbeiten müssen. Wir freuen uns darauf!



Kader

1	Kistler Julian (G)	2010
5	Ungan Cengiz	2011
6	Reust Florian	2010
7	Mühlemann David	2011
8	Bill Kevin	2010
9	Wüest Fabian	2010
10	Böller Simon	2010
11	Breitenmoser Jonathan	2011
12	Luyet Mathéo	2011
13	Park Dominik	2011
14	Wissing Levi	2011
15	Wissing Felice	2011
16	Messer Levin ©	2011
17	Bigler Roman (G)	2011
18	Belohlavek Octave	2011

Staff

Röthlisberger Sarah	1996
Küffer Selina	1996

Team Junioren D Gelb

It's good to be back

Silvan Zürcher, Trainer

Im Vergleich zum letzten Jahr verzeichneten wir einen internen und externen Kaderzuwachs. Mit nur vier altersbedingten Abgängen und vielen Spieler, die letztes Jahr grosse Fortschritte erzielten, sind wir dieses Jahr extrem breit aufgestellt. Damit konnten wir den Fokus sehr stark auf die Technik setzen und mussten weniger Zeit für die Taktik aufwenden.

Nach der abgebrochenen letzten Saison freuen wir uns umso mehr wieder voll durchzustarten. Trainer und Team sind hochmotiviert, uns diese Saison in der oberen Tabellenhälfte festzusetzen. Dies soll aber nicht das Hauptziel sein. Das Wichtigste am Unihockey sind Freude und Leidenschaft. Deshalb wird wie letzte Saison jeder Spieler gleich viel Spielzeit bekommen und auch mal die Captainbinde tragen können.



Kader

5	de Wolf Jeremy	2010
6	Meyer Julien	2010
8	Ritter Alexander	2010
9	Gfeller Caryl	2012
10	Fehlmann Yannick	2010
11	Rusca Mauro	2011
12	Aeschlimann Noe	2011
13	Meichtry Kaspar	2011
14	Jordi Alois	2010
15	von Zeerleder Nicolas	2011
16	Schmid Lukas	2011
17	Prince Felix	2011
18	Lehnhert Leonardo	2010

Staff

Silvan Zürcher	1999
Pascal Ritter	1999
Jan Rothenbühler	1999

Team Juniorinnen D



Kader

4	Gfeller Céline (C)	2010
6	Eisenring Larissa	2010
8	Kölliker Lea (C)	2010
13	Burmann Chloé	2010
15	Meincke Caroline	2010
16	Hindenberg Sara (G)	2010
29	Emily Ammann	2011
31	Arndt Luise	2011
36	Ehrler Julie	2012
39	Baumann Lou-Anne (G)	2010
55	Lejeune Elina	2010
81	Feichtinger Lea	2010

Staff

Rüegg Leonie	Trainerin
Müller Lia	Trainerin

Erste Resultate belohnen den Trainingsaufwand

Lia Müller, Trainerin

Freude, Zusammenhalt und Motivation, das zeigt unser Team! Mit einem Kader von 12 Juniorinnen starten wir nun in die neue Saison. Auch dieses Jahr dürfen wir uns über einen stetigen Zuwachs an Juniorinnen freuen!

Die letzte Saison war trotz Corona eine riesige Freude für die Trainerinnen, sowie die Spielerinnen. Die Trainings, welche stattgefunden haben, wurden effektiv genutzt und die Lockdown-Zeit mit Videoaustausch und Home Trainings überbrückt. Dies klappte nur wegen der unglaublichen Freude der Girls am Unihockey!

Die Vorfreude auf die Saison und die Turniere sind sehr gross. Durch das grosse Engagement und die Lernfähigkeit der Girls ist eine deutliche Steigerung der Dynamik im Spiel erkennbar, welche sich schon in der ersten Meisterschaftsrunde zeigte.

Wir freuen uns sehr auf die kommende Saison und sind unglaublich stolz ein solches Team zu haben! Go Girls!





in einen vollen tag passt keine komplizierte bank.

Wir sind Ihr Ansprechpartner für Vermögensaufbau.
Jetzt auf valiant.ch/anlegen

Valiant Bank AG, Bundesplatz 4
3001 Bern, Telefon 031 320 91 11

wir sind einfach bank. valiant

schaerer
swiss coffee competence

HEISS GEBRÜHT, GEKÜHLT SERVIERT

Neues Feature für die leistungsstarke Schaerer Coffee Soul: Die „Hot & Cold"-Technologie eröffnet ungeahnte Möglichkeiten für die automatische Zubereitung erfrischender Kaffeespezialitäten **– mit oder ohne Eiswürfel!**

- Vollautomatische, schnelle Zubereitung
- Kaffee wird konventionell bei 90° C heiss gebrüht
- Im Anschluss auf 30-35° C gekühlt
- Noch grössere Getränkevielfalt: Iced Coffee, Iced Latte, Cold Cappuccino uvm.
- Besonders intensiver Geschmack – denn das Eis schmilzt langsamer



www.schaerer.com

Team Junioren E und Unihockeyschule



Kader

Beer Adel	2013
Breitenmoser Benjamin	2012
Buchter Liam	2016
di Santo Daniele	2012
Duthaler Ben	2014
Eggli Cédric	2013
Gfeller Caryl	2012
Gianella Noah	2012
Gysel Noé	2015
Heck Philip	2014
König Jérôme	2015
Koschabek Jonathan	2013
La Spada Emilia	2015
La Spada Fausto	2012
Mauron Hector	2015
Moser Timo	2015
Pittavini Adriano	2013
Schüpbach Kayden	2013
Schütz Yannis	2014
Setzer Jonathan	2014
Zimmerli Florin	2012
Mauron Adèle	2016

Betreuer

Fankhauser Lynn
Matter Noée
Matter Enéa
Matter Philippe

Wer Spass hat, hat bereits gewonnen

Philipp Matter, Trainer

Noch vor einem Jahr formulierten wir an dieser Stelle den Wunsch, viele weitere unihockeybegeisterte Jungs und insbesondere auch Mädchen für die Unihockeyschule und die Junioren E zu gewinnen. Beim ersten Turnier hatten wir unter den vielen Neuzuzügen erstmals auch drei junge Mädchen im Mannschaftskader und es werden aktuell sogar noch mehr. Das ist hocherfreulich und unterstützt das Ziel der Caps «Wachstums aus eigener Kraft».

Dazu gehört auch ein motivierter und ausgeglichener Trainerstaff. Neben Noée, Enéa und mir, konnten wir bereits im Laufe der letzten Saison Lynn Fankhauser (Nachwuchsspielerin der Caps) als neue Trainerin für die Unihockeyschule und die Junioren E gewinnen. Sie ersetzt Marco Heiniger, welcher seinen Zivildienst absolviert.

Sind die Kinder zu Beginn der Saison noch stark auf sich und ihre persönlichen Skills fokussiert, wächst von Woche zu Woche ein Team zusammen. Das stärkt ungemein und auch wenn mal etwas daneben oder ein Spiel verloren geht, entschädigt das gemeinsame Spielerlebnis und motiviert, an sich und dem Team weiterzuarbeiten. Auch Disneys Goofy sieht sich als weltbesten Sportler. Dies, obwohl er im Sport eher minder begnadet und meist erfolglos blieb. Sein Motto lautet: Dabei sein genügt. Das allein genügt unseren «Top Scorer» von morgen aber nicht mehr. Sie haben die Latte höhergesteckt. Das Potential ist auf jeden Fall da.

Bereits am ersten Turnier hatten wir von allem etwas: Gewonnen, unentschieden, verloren. Aber von etwas hatten wir sehr viel: Spass. Gerade auf den Basisstufen hat dies einen hohen Stellenwert. Daher lehren wir den Kindern bereits früh, dass alle Gewinner sind, wenn wir gemeinsam Spass haben. Mit diesem Grundsatz sind wir offen für viele spannende Erlebnisse in der neuen Saison und freuen uns zusammen mit den Kindern, die Familien und Bekannten zu erfreuen.

Adressen

Vereinsadresse Bern Capitals
Postfach 291
3074 Gümligen
www.unihockeybern.ch
info@unihockeybern.ch

Geschäftsstelle Heidi Heiniger
Postfach 291
3073 Gümligen

Präsident Pascal Reichen
Stägmatt 34
3302 Moosseedorf

Vizepräsident Vakant

Impressum

Herausgeber Bern Capitals
Postfach 291
3074 Gümligen

Auflage Print: 270 Exemplare
Online: ca. 300 Exemplare

Redaktion Andreas Britt,
www.brittcomm.ch

Layout Sandro Galli
www.gallografix.com

Druck Druckerei Streit AG
www.streit-ag.ch

gallografix.com

BRANDING
LAYOUT
ILLUSTRATION
SIEBDRUCK

Dysli Bern

Ihr kompetenter
Reise- und Transportpartner in Bern





Vom 13-Plätzer Minibus bis zum 70-Plätzer Doppelstock-Komfortcar empfehlen wir uns für:

- ✓ Gruppenreisen
- ✓ Oldtimerfahrten
- ✓ Musik- und Konzertreisen
- ✓ Events- und Spezialreisen
- ✓ Liftcars für Gehbehinderte
- ✓ Firmen- und Vereinsausflüge
- ✓ Hochzeits- und Geburtstagsfahrten
- ✓ Rundreisen in der Schweiz und Europa

K. Dysli AG Reisen und Transporte

Looslistrasse 25, CH-3027 Bern • Telefon 031 991 55 44 • www.dysli-bern.ch • reisen@dysli-bern.ch



FAT PIPE IST STOLZER PARTNER
UND AUSRÜSTER DER BERN CAPITALS

WWW.FATPIPE.CH