



Trainer-Steckbrief

Nikolai Varianov

Wie entscheidest Du Dich?

Frühaufsteher / **Langschläfer**

Kino / Netflix

Motorrad / **Auto**

Bienenfreundlich / **englischer Rasen**

Strand / Berge

NHL / **KHL**

Ruderboot / **Tretboot**

Candlelight / **Party**

Monopoly / Mensch-ärgere-Dich nicht

Trockentraining / **Eistraining**



Was magst Du?

Lieblingsband:

habe keine, russische Musik

Lieblingsgerichte:

**Spaghetti, Sushi,
Pelmeni (russische Küche)**

Lieblingsverein

Washington Capitals, Dynamo Moskau

Zu Deiner Person

Wie alt bist Du?

Ich bin 40 Jahre alt (Nov. 2024)

Mit wem verbringst Du am liebsten Deine Freizeit?

Mit meiner Frau und meinen beiden Kindern

Zu Deiner Eishockeyspieler-Karriere

Seit wann spielst Du Eishockey?

seit 1991

Wie bist Du zum Eishockey gekommen?

Eishockey liegt bei mir in der Familie. Mein Vater, Nikolai Senior, war früher Profispieler, und durch ihn habe ich schon früh meine Leidenschaft für diesen Sport entdeckt. Er hat mir nicht nur die Grundlagen beigebracht, sondern auch die Begeisterung und den Ehrgeiz, die für Eishockey so wichtig sind. Seine Erfahrungen und seine Liebe zum Spiel haben mich inspiriert, meinen eigenen Weg im Eishockey zu gehen – erst als Spieler und später als Trainer.

Wer war Dein Vorbild in Deiner Kindheit?

Nikolai Varianov Senior und Alexander Ovechkin

Was waren Deine bisherigen Stationen als aktiver Spieler?

Füssen, Augsburg, Höchststadt, Königsbrunn, Leipzig, Ehrwald, Sonthofen, Peissenberg, Memmingen, Waldkraiburg, Hamburg, Berlin, Schönheide, Bad Kissingen, Limburg, Lauterbach, Sande, Neuss.

Auf welcher Position hast Du am liebsten gespielt?

Mittelstürmer

Was waren Deine größten Erfolge als Spieler?

Nord-Ost Pokal mit dem Hamburger SV und Rheinlandpfalz Pokal mit Limburg Rockets gewonnen.

Welcher Eishockey-Moment hat sich in Dein Gehirn gebrannt?

Stanley Cup Sieger Washington Capitals 2018

Zu Deiner Trainer-Karriere

Seit wann bist Du Trainer?

Wieso bist Du Trainer geworden?

Welche Trainer-Lizenzen hast Du?

Was waren Deine bisherigen Stationen als Trainer?

Was waren Deine größten Erfolge als Trainer?

Seit wann bist Du bei den Young Grizzlies?

Welche Mannschaften trainierst Du?

Was ist Deine liebste Trainingsübung?

Was gefällt Dir besonders am Training mit den Mannschaften?

seit 2016

Ich habe mich entschieden, Trainer zu werden, weil ich meine Leidenschaft für den Sport und mein Wissen weitergeben wollte. Es erfüllt mich, junge Spieler auf ihrem Weg zu begleiten, ihre Fähigkeiten zu entwickeln und ihnen dabei zu helfen, nicht nur sportlich, sondern auch persönlich zu wachsen. Als Trainer kann ich meinen Teil dazu beitragen, das Beste aus jedem Spieler herauszuholen und gleichzeitig Teamgeist und Fairplay zu fördern.

C-Lizenz

Crocodiles Hamburg, Lauterbach, Sande, Neuss.

In der Saison 2022/2023 habe ich mit der U15 des Neusser EV den 2. Platz erreicht.

seit dieser Saison 2024/2025

Hauptamtlich die U13 und Co-Trainer bei U9-U11

Training mit verschiedenen Stationen.

Am meisten schätze ich die Dynamik und den Zusammenhalt im Team. Es ist unglaublich motivierend zu sehen, wie die Spieler gemeinsam wachsen, Herausforderungen meistern und sich ständig verbessern. Das Training bietet die Gelegenheit, Techniken zu verfeinern, taktisches Verständnis zu vertiefen und gleichzeitig die Teamchemie zu stärken. Besonders erfüllt es mich, wenn ich sehe, wie das, was wir im Training erarbeitet haben, im Spiel erfolgreich umgesetzt wird.

Was hast Du Dir und Deiner Mannschaft für die kommende Saison vorgenommen?

Für die kommende Saison habe ich mir gemeinsam mit der Mannschaft vorgenommen, so weit wie möglich im oberen Bereich mitzuspielen. Unser Fokus liegt darauf, von Spiel zu Spiel unser Bestes zu geben, eine starke Teamleistung zu zeigen und die Entwicklung jedes Spielers voranzutreiben. Wenn wir unsere Trainingsziele umsetzen und als Team zusammenhalten, bin ich überzeugt, dass wir auch in dieser Saison wieder erfolgreich sein werden.