

# Ablauf der Schermbecker Fußballtage

(Die angegebenen Zeiten verstehen sich unter Vorbehalt – Änderungen möglich)

## **1. Tag – Freitag, 28. Juli 2017**

8:45 Uhr	Treffpunkt und Empfang der Teilnehmer sowie Ausgabe der Training-Shirts
ab ca. 9:15 Uhr	Gruppen-/Teameinteilung sowie Einmarsch der Teams
anschließend	Begrüßung durch den SVS-Vorstand und Erläuterungen/Einweisung zum Ablauf
9:30 Uhr	gemeinsames Aufwärmen/Warm-Up
9:45 Uhr	Beginn des 1. Trainings innerhalb der eingeteilten Teams/Gruppen
<i>(alle TE: kind-/u. altersgerechte Übungs- u. Spielphasen / Übungen an der Basis / Grundlagentraining)</i>	
<i>(Themenbereiche: z.B. Koordination/Ballan- u. mitnahme/Passspiel/Dribbling/Finten u. Torschuss)</i>	
10:45 Uhr	kurze Pause / Obst- u. Getränkepause
11:00 Uhr	Beginn der 2. Einheit – Stations-/Circuittraining mit den verschiedenen Trainings-Inhalten
12:00 Uhr	Mittagspause / Ausgabe Essen
12:45 Uhr	Rahmenprogramm
13:00 Uhr	Beginn der 3. Trainingseinheit
14:00 Uhr	kurze Pause / Obst- u. Getränkepause
14:15 Uhr	Beginn der 4. Trainingseinheit
15:00 Uhr	Ende und Verabschiedung vom 1. Tag - Abholen der Kinder

## **2. Tag – Samstag, 29. Juli 2017**

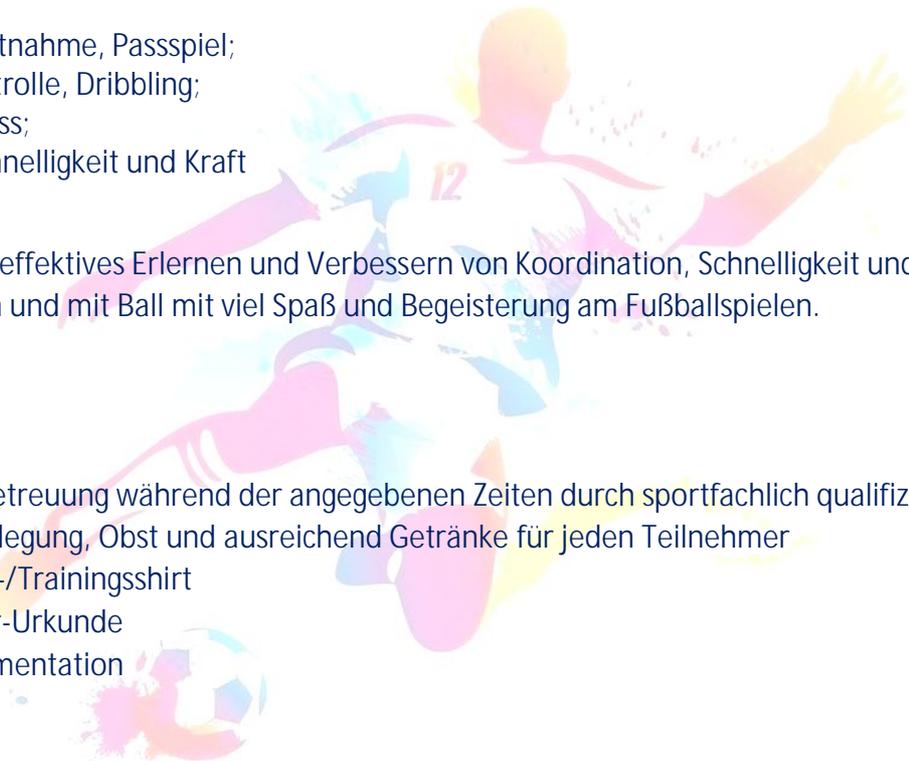
ab ca. 7:00 Uhr	Aufbau und Organisatorisches
9:00 Uhr	Treffen zum 2. Fußballtag - gemeinsames Aufwärmen/Warm-Up
9:15 Uhr	Aufteilen auf die Stationen und Beginn der 5. Trainingseinheit
10:30 Uhr	kurze Pause / Obst- u. Getränkepause
10:45 Uhr	Beginn der 6. Trainingseinheit
12:00 Uhr	Mittagspause / Ausgabe Essen
12:45 Uhr	Rahmenprogramm



13:00 Uhr	Beginn der 7. Trainingseinheit
14:00 Uhr	kurze Pause / Obst- u. Getränkepause
14:15 Uhr	Beginn der 8. Trainingseinheit
14:45 – ca. 15:15 h	Verabschiedung und Schlusswort vom SVS-Jugendvorstand gemeinsames Abschlussfoto Verleihung/Ausgabe Erinnerungsurkunden Ende der Veranstaltung und Abholen der Kinder

### ***Inhalte der Trainingseinheiten in Übungs-u. Spielformen:***

#### **Basis-/Grundlagentraining:**

- 
- Ballannahme/-mitnahme, Passspiel;
  - Ballführung/-kontrolle, Dribbling;
  - Finten u. Torschuss;
  - Koordination; Schnelligkeit und Kraft

- individuelles und effektives Erlernen und Verbessern von Koordination, Schnelligkeit und Techniken; Geschicklichkeit an und mit Ball mit viel Spaß und Begeisterung am Fußballspielen.

#### **weitere Hinweise:**

- Rundum-Betreuung während der angegebenen Zeiten durch sportfachlich qualifizierte Trainer;
  - Freie Verpflegung, Obst und ausreichend Getränke für jeden Teilnehmer
  - Erinnerung-/Trainingsshirt
  - Teilnehmer-Urkunde
  - Foto-Dokumentation
- 