



„Koordination und Schnelligkeit“

03. August 2016 – 17:30 – 22:00 Uhr – Sportanlage FC Huntlosen

Thema: Die Schnelligkeit ist im modernen Fußball ein leistungslimitierender Faktor von zunehmend großer Bedeutung. Schnelle Beine machen den Unterschied und zeichnen einen guten Fußballer aus. Die Fähigkeit Dribblings, Torschüsse, Täuschungen und Richtungsänderungen unter höchstem Gegnerdruck mit maximaler Geschwindigkeit durchzuführen, ist Grundvoraussetzung für erfolgreiches Fußballspielen.

Ein schneller Antritt zum Doppelpass nach einem Übersteiger oder einem gewonnenen Zweikampf – entscheidend sind immer die ersten Meter!

Inhalt: In Theorie und Praxis erfahren die Teilnehmer, wie werde ich als Trainer auf mögliche Koordinationsschwächen bei Fußballern aufmerksam, wie komplex Koordinationfähigkeiten sind, was bedeutet Frequenzschnelligkeit, was methodische Grundsätze wirklich bedeuten und vor allem, dass die Wiederholungsmethode nicht alles ist!

Referent: Marek Wanik – NFV Sportlehrer

Dauer: 5 LE – können als Weiterbildung (Lizenzverlängerung) angerechnet werden - vorhandenes Testatheft bitte mitbringen!

Teilnehmer: Trainer mit und ohne Lizenz – Betreuer – Vereinsverantwortliche

Mitbringen: Trainingsausrüstung, Duschsachen, Getränke

Gebühr: 10,- Euro

Ort: Sportanlage FC Huntlosen – 26197 Huntlosen – Bahnhofstraße 82

Anmeldung: ausschließlich über unser Anmeldeformular auf der HP <http://kreis-oldenburg-land-delmenhorst.nfv.de/qualifizierungsausschuss/lizenzverlaengerung/anmeldung-fortbildung/>