

12. April 2010

Einladung zur Fortbildung am Montag, 26. April 2010

Liebe Trainerkollegen und -freunde,

hiermit laden wir Euch zu unserer nächsten Fortbildung am **Montag, 26. April 2010**, im **SportCentrum Kamen-Kaiserau** herzlich ein.

Das **Programm** findet Ihr auf der **Rückseite**.

Wir werden in dieser Fortbildung das in den vergangenen Monaten schwerpunktmäßig behandelte **„Training der Fußballkondition“** abschließen. In unseren weiteren Fortbildungen werden dann Themen aus der Trainingslehre im Mittelpunkt stehen.

Viele von Euch werden sich an die Referate von Raymond Verheyen im August 2009 erinnern. Er vertritt nachdrücklich das von ihm entwickelte „Periodisierungsmodell“, eine 6-wöchige Periodisierung des Trainings mit Spielformen von 2 gegen 2 bis 11 gegen 11 als Schwerpunkt. Bei allem Respekt ist jedoch auch Verheyen keineswegs unumstritten. Wir wollen versuchen, am 26. April dem „Ideal“, einem **optimalen Fitness- und Konditionstraining**, inhaltlich sehr nah zu kommen.

Deshalb freuen wir uns, dass es gelungen ist, mit **Andreas Schlumberger**, DFB-Fitnesstrainer und **Erik ten Hag**, langjähriger Profi in Holland und Co-Trainer bei PSV Eindhoven, zwei sehr kompetente Referenten zu gewinnen.

Wir dürfen uns auf eine interessante und informative Fortbildung freuen. Im Anschluss an die Referate wollen wir einen Meinungsaustausch durchführen, an dem sich alle aktiv beteiligen können. Möglicherweise kommt noch ein Bundesligatrainer, um unsere Diskussionsrunde zu verstärken und zu bereichern.

Da wir mit einer großen Teilnehmerzahl rechnen, bitten wir um eine kurze Anmeldung per e-Mail oder per Brief und insbesondere um frühzeitige Anreise (Jakob-Koenen-Straße 2, Kamen). Ausdrücklich weisen wir darauf hin, dass ausschließlich BDFL-Mitglieder teilnehmen können.

Mit freundlichen Grüßen

Franz-Josef Reckels, Karsten Schlette, Elmar Wienecke

Programm

- ab 13:30 Uhr** Eintreffen der Trainer, Registrierung
- 14:00 Uhr** **Begrüßung und Einführung** (Franz-Josef Reckels)
- 14:10 Uhr** **Das Fitnesstraining bei den DFB Junioren
– Bewegungskoordination und -ökonomie als Basis des fußballspezifischen Fitnesstrainings-**
- **Referent: Andreas Schlumberger,**
DFB-Fitnesstrainer, verantwortlich für die U15 bis U20
- 15:00 Uhr** **Das Fitnesstraining beim PSV Eindhoven auf der Grundlage eines Periodosierungsmodells und einer Trainingsphilosophie (Junioren- und Profibereich)**
- **Referent: Erik ten Hag,**
langjähriger Profitrainer des FC Twente, Leiter der dortigen Voetbalacademie, z.Z. Co-Trainer bei PSV Eindhoven
- 15:45 Uhr** Kaffeepause
- 16:15 Uhr** **Meinungsaustausch, Diskussion mit den Referenten (und einem weiteren Profitrainer)**
- Ende:** offen
- Ausgabe der Testate, Verabschiedung**