

## Übungsprogramm Lion Kings und Plusport

### Jeden Donnerstag

<b>Ort</b>	Erlen, Schulhausareal. Sommer Fussballplatz / Winter Halle
<b>Thema</b>	Fußball Training mit Spiel und Pass und großem Lerneffekt <i>Postenarbeit nach Programm der Postenchefs</i>
<b>Chef</b>	Beat Kälin
<b>Trainer</b>	Maurus Helg
<b>Material</b>	Diverse Bälle, Überzieher, Pylonen, usw.
<b>Posten</b>	3 Posten, alle auf dem Fußballplatz
<b>Ziel</b>	<b>Posten 1: Gutes Goalitragig</b> <b>Posten 2: Lernen Bälle annehmen und sauber weiterspielen</b> <b>Posten 3: Guter Umgang mit dem Ball</b>
<b>18.15</b>	<b>Eintreffen auf dem Platz</b>
<b>18:30</b>	<b>Begrüssung durch Beat Kälin.</b> Informationen zu Neuerungen in Sachen Plusport, und Spielbetrieb, und Turnieren  <b>Begrüssung durch Maurus Helg.</b> Informationen zum Training und Neugestaltung
<b>18:40</b>	<b>Gemeinsames Aufwärmen</b> durch Maurus Helg
<b>18:50</b>	<b>Start Postenarbeit</b> <b>Posten 1: Jeremy Müller</b> <b>Posten 2: Maurus Helg</b> <b>Posten 3: Beat Kälin</b>
<b>19:10</b>	<b>Pause</b>
<b>19:15</b>	<b>3 Gruppen einteilen zum Fussball spielen</b> Maurus: (gelb, rot, blau)
<b>19:20</b>	<b>Fussball Spielen</b>
<b>19:50</b>	<b>alle helfen zusammen räumen</b>
<b>19:55</b>	<b>Zusammenstehen, Schlussbesprechung, Infoblätter verteilen.</b> Beat und Maurus
<b>20:00</b>	<b>Verabschiedungsritual und Hände schütteln</b> <b>Danke für eure grosse Mitarbeit</b>