

**Program IFK Bergas Fotbollsskola 2013**

**14/6 – 16/6**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dag** | **Tid** | **Aktivitet** | **Kommentar** | **Ansvarig** |
| **Fredag** | 16:15 | Samling med alla tränarna i ledarrummet | Ge alla tränarna info om programmet och tider | Ledare P 05 |
|  | 16:30 | Gemensamt välkomnande | På altanen eller läktaren | Ledare P 05 |
|  | 16:45 | Gruppindelning, delar ut T-shirts mm |  | Ledare P 05 + övriga ledare |
|  | 16:50 | Träning i de respektive grupperna. Focus passningar. Övningar se bifogat dokument.  P04-05 tillsammans  P06-07-08 tillsammans | B-plan  C-plan  D-plan  E-plan | Ledare P 05 + övriga ledare |
|  | 18:00 | Slut |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **Lördag** | 09:45 | Samling alla tränare | Ledarrummet. Synpunkter gårdagen samt genomgång dagens program | Ledare P 05 |
|  | 10:00 | EM-Fotboll. Lagindelning  P04-05  P06-07-08 | B-plan  C-plan  D-plan  E-plan | Ledare P 05 + övriga ledare |
|  | From 11:45 | Lunch | Förskjutning mellan årgångarna. Yngsta börjar äta först. | Matgruppen ihop med resp. tränare |
|  | 12:45 | Indelning inför wild Kids |  | Ledare P 05 |
|  | 13:00 | Träning i de respektive grupperna. Övningar se bifogat dokument.    P 04-05 Fokus på teknik, uppspelsövningar, frisparkar/hörnor  P 06-07-08 Fokus på teknik, skottövningar, dribblingar | 7 st spelare från IFK Bergas A-lag som underhåller och sedan leder efterföljande träning  B-plan  C-plan  D-plan  E-plan | IFK Berga A-lag + Ledarna |
|  | 14:30 | Mellanmål |  |  |
|  | 15:00 | Wild Kids, Ledarna kommer vara ansvariga på de olika stationerna. Se bifogat dokument.  Besök | B-plan  C-plan  D-plan  E-plan | P05 |
|  | Ca 16:15-16.30 | Brandbil |  |  |
|  | Ca 16.30-17.00 Direkt efter Brandbil | Grillning |  | Grillning: Grillgruppen |
|  |  |  |  |  |
| **Söndag** | 09:45 | Samling alla tränare | Ledarrummet. Synpunkter gårdagen samt genomgång dagens program | Ledare P 05 |
|  | 10:00 | Träning  P05-06.  Fokus dribbla, driva, skott, smålagsspel  P07-08.  Fokus Lekar, skott, avslutar med en match:  Förräldrarna - barnen. Glöm inte att påminna föräldrarna att ta med gympaskor. | B-plan  C-plan  D-plan  E-plan | Ledare P 05 + övriga ledare |
|  | From 11:45 | Lunch | Förskjutning mellan årgångarna. Yngsta börjar äta först. | Matgruppen ihop med resp. tränare |
|  | 13:00 | Organiserad avslutning  Med medaljutdelning, glass | Först gemensamt sedan lagvis | Ledare P 05 |

* För anhöriga finns det lättare förtäring att köpa under dagarna.
* Föräldrar ansvarar för sina barn mellan träningspassen.