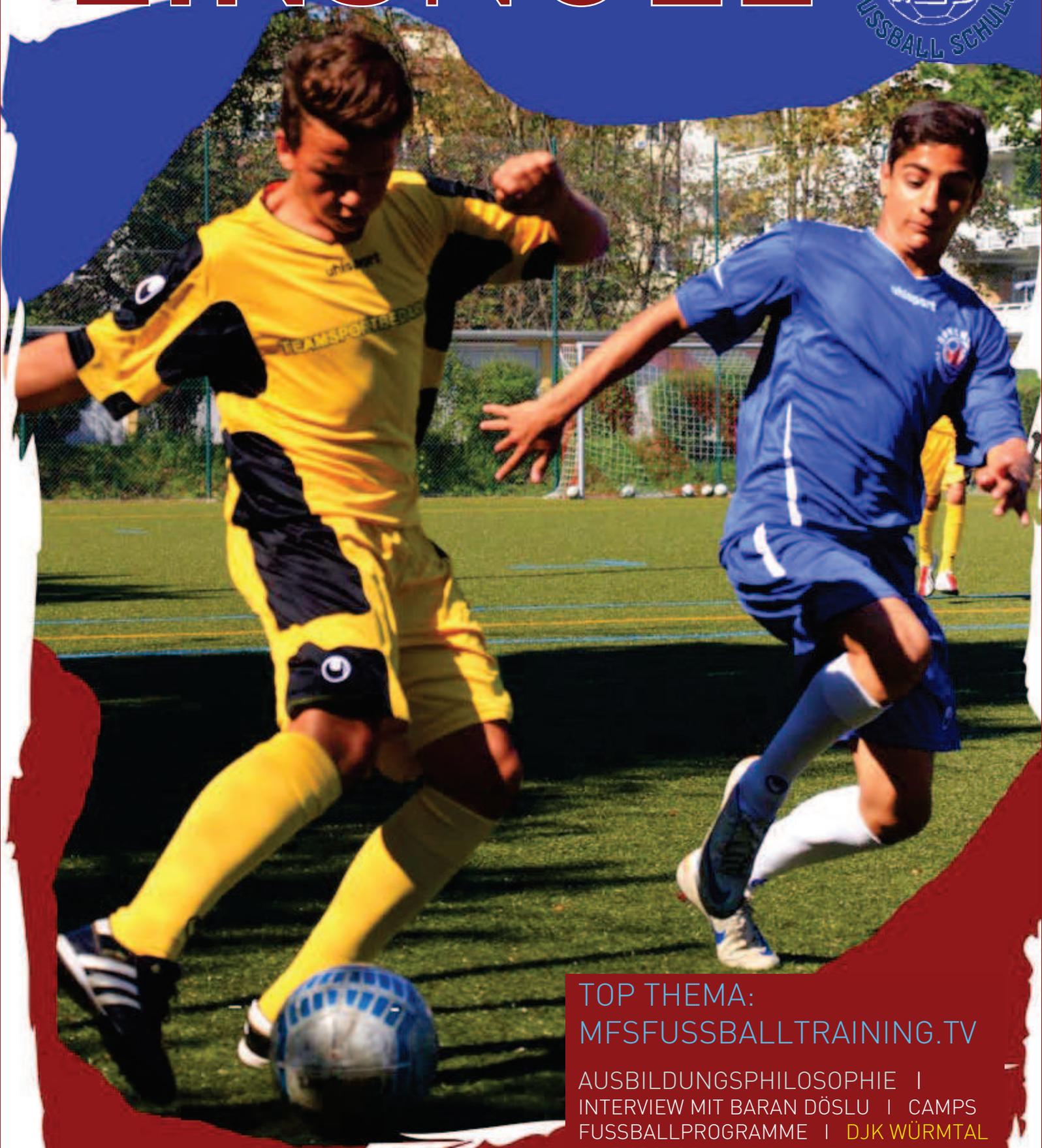


EINSNULL



TOP THEMA:
MFSFUSSBALLTRAINING.TV

AUSBILDUNGSPHILOSOPHIE |
INTERVIEW MIT BARAN DÖSLU | CAMPS
FUSSBALLPROGRAMME | DJK WÜRMTAL
BILDERSTORY | PROJEKT KAP VERDE |
DIESES UND JENES



uhlsport
FUSSBALL



Kinder brauchen mehr AUFMERKSAMKEIT

Wir wissen um den Spaßfaktor, den Fußball bereitet. Aber Fußball ist auch ein harter Sport, der bereits die Kleinsten körperlich stark beansprucht. Deshalb genießen Kinder bei uns ein besonderes Augenmerk.



Unterstützung der Hand!

Weil uns KINDER wichtig sind,
haben wir einen Handschuh mit SUPPORTFRAME-Element zur Stabilisierung der Hand entwickelt, der Erwachsenen-Standard hat und bereits ab Größe 4 verfügbar ist.

Zusatzgröße für Kinder!

XXS/XS

Weil uns KINDER wichtig sind,
achten wir darauf, dass auch ZWISCHENGRÖSSEN dazu beitragen, dass ein Textil etwas länger getragen werden kann.

*Gelenkschonend!
durch weniger Gewicht.*

LITE BÄLLE

Die gelenkschonende Alternative für Kinder bis 12!
Die Verwendung von sogenannten LITE-Bällen im Kinderbereich ist die perfekte Alternative bis zur D-Jugend.



uhlsport.com

06 AUSBILDUNGSPHILOSOPHIE



08 MFSFUSSBALLTRAINING.TV



12 INTERVIEW MIT BARAN DÖSLU



25 U12 DJK WÜRMTAL



33 PROJEKT KAP VERDE



INHALT

- 5 EINWURF
- 10 FÖRDERTRAINING
- 11 FUSSBALLKINDERGARTEN
- 13 TRAINERAUSBILDUNG
- 14 EINZELTRAINING
- 15 SCHNELLIGKEITSTRaining
- 16 TORWARTCAMPS
- 17 TORWARTTRAINING
- 18 TRAININGSLAGER
- 19 PERSONAL TRAINING
- 20 ATHLETIKTRAINING
- 21 POWERDAY/POWERTRAINING
- 22 FUSSBALL IN DER SCHULE
- 23 PATENSCHAFT
- 24 RENT-A-TRAINER
- 26 FERIENCAMPS
- 28 MFS TRAINER
- 30 PARTNERVEREINE
- 32 BILDERSTORY
- 34 DIESES UND JENES



PERFORM BETTER
RECOVER FASTER



SKINS dynamisch gradiente Kompression wurde entwickelt, um den perfekten Druck auf spezifische Körperteile auszuüben und damit den Kreislauf in Schwung zu bringen. So werden die aktiven Muskeln mit mehr Sauerstoff versorgt. Du kannst länger und härter trainieren, mit mehr Kraft während des Sports und weniger Muskelkater nach dem Sport.

Klingt nach einer mutigen Behauptung? Das wissen wir. Wenn du uns nicht glaubst, schau einfach auf unserer Webseite vorbei. Dort findest du Informationen zu unabhängigen, wissenschaftlichen Studien, die es beweisen.

EINWURF



Liebe Eltern und Trainer, Hallo Kinder!

Kinder brauchen positive Aufmerksamkeit. Nicht nur beim Fußball. Egal, was Kinder machen, sie wünschen sich die Bestätigung, dass sie es gut gemacht haben. Von ihren Freunden, von ihrem Fußballtrainer. Und sie wünschen sich natürlich v.a. die Bestätigung von ihren Eltern.

Wenn es dann um Fußball geht, steht besonders oft die Beziehung zwischen Kindern und Vätern auf dem Prüfstand. Da Väter häufig eine etwas größere Erwartung an ihre Söhne haben, sind sie mit ihnen besonders kritisch und ungeduldig. Obwohl es die Väter mit ihren Ratschlägen gut meinen, verkehrt sich deren Wirkung zu oft ins Gegenteil. Mit jeder Hilfestellung, die der Vater dem Sohn gibt, reagiert dieser unsicherer. Die häufigste Entgegnung, wenn wir einen Vater gefragt haben, ob er eine unserer Mannschaften nicht als Co-Trainer unterstützen möchte, war, dass es keinen Sinn mache, da schon sein Sohn nicht auf ihn hören würde. Wie solle das dann erst mit den anderen Kindern funktionieren. Dabei war das Verhalten des Sohnes vollkommen normal. Werden die Bedürfnisse eines Kindes nach Anerkennung nicht länger befriedigt, entstehen für das Kind permanente Konflikte. Diesen Konflikten kehrt das Kind über kurz oder lang den Rücken und es versucht, sich seine Anerkennung woanders zu holen.

Wir haben schon oft erlebt, wie Kinder uns Trainer als Ersatz der Vaterfigur ansehen. Einfach nur, weil wir im Gegensatz zum richtigen Vater, die gesunde Mischung aus Lob und Kritik gefunden haben und wir die Kritik niemals vernichtend formulieren, sondern als Ziel:

„Die Schussfinte heute hat zweimal prima geklappt. Jetzt müssen wir nur noch schauen, dass wir das mit dem Eindrehen auch noch schaffen. Wenn du den Ball mit der Sohle nach innen ziehst, musst du versuchen gleich umzuspringen, sonst stellt dich der Verteidiger gleich wieder. Aber das üben wir einfach weiter und versuchen es beim nächsten Mal wieder. Mach einfach weiter. Das machst du schon ganz gut.“

„Damit ein Kind sich gut entwickelt, braucht es eben mehr als nur gutes Fußballtraining. Das Umfeld spielt eine große Rolle.“

Da müssen wir uns alle hinterfragen, Trainer wie Eltern. Und das Kind wird es uns danken, nicht nur mit guten fußballerischen Leistungen. Sondern auch mit dem, was auch uns Erwachsene immer wieder aufs Neue antreibt – mit Anerkennung.

Viel Spaß beim Lesen unseres Magazins
EINSNULL

TRICKPHILOSOPHIE UND LEIDENSCHAFT



Weit über 100 unterschiedliche Tricks wollen wir den Kindern in der Ausbildungsphase vermitteln. Warum müssen es so viele sein? Welchen Effekt hat dies auf die Ausbildung der Kinder?

Die Schwerpunkte im Ausbildungsabschnitt der Kinder zwischen 6 und 13 Jahren liegen in den Bereichen der Koordination und der Technik. Die Kinder lernen in dieser Zeit sämtliche Muskeln und Muskelgruppen bewusst und teilweise auch unbewusst anzusteuern. Dabei ist die Vielseitigkeit und Häufigkeit der Bewegungen von entscheidender Bedeutung.

Je vielseitiger und je häufiger Kinder unterschiedliche Bewegungen erlernen und durchführen, desto besser wird Ihr Körpergefühl.

Um eine Vielseitigkeit innerhalb des Fußballtrainings bieten zu können, müssen sowohl Koordinationsübungen als auch Technikübungen stets verändert werden.

Um diesem Anspruch gerecht werden zu können, macht es Sinn, möglichst viele unterschiedliche Tricks und Finten kennen zu lernen. Zum Einen werden von Trick zu Trick immer unterschiedliche Muskelgruppen angesteuert, zum Anderen werden die Kinder immer wieder vor neue Herausforderungen gestellt.

Kinder beginnen bereits mit acht Jahren im Internet nach den spektakulärsten Tricks der Profis wie Ronaldo, Ribéry und Co zu suchen. Sie eifern ihren Vorbildern nach, auch wenn diese Ihrer Vorbildfunktion nicht immer gerecht werden, und üben diese Tricks, um genauso cool sein zu können.

Diesen Effekt machen wir uns zu Nutze. Je mehr unterschiedliche Tricks wir unseren Kindern zeigen, desto mehr Zeit außerhalb des Trainings werden Sie verwenden, um zu üben. Und desto besser wird die technische und koordinative Entwicklung der Kinder sein. Um die Kinder immer wieder zu motivieren, müssen wir Ihnen so lange wie möglich immer neue Tricks und Finten präsentieren. Unabhängig davon ob die Tricks im Spiel auch umsetzbar sind oder nicht.

Sportwissenschaftler belegen, dass ca. 5000 Wiederholungen notwendig sind um eine Finte in vollem Tempo in einem Wettkampf erfolgreich umsetzen zu können. Demnach tritt eine Automatisierung einer Bewegung erst nach 5000 Wiederholungen ein.

Diesem Anspruch können wir innerhalb der ca. 2.500 Trainingseinheiten des Ausbildungsweges nicht gerecht werden. Also müssen wir die Kinder dazu bringen außerhalb des Trainings zu üben.

Um die Wichtigkeit der Trickphilosophie noch durch einen weiteren Baustein zu untermauern, wollen wir ein bisschen auf die Psyche eingehen.

Warum haben Kinder Spaß an einem Sport? Was bewegt Kinder zu üben?

Der Motor unserer Motivation - und das gilt für fast alle Menschen - ist die Anerkennung von anderen Menschen. Sobald die Kinder beginnen zu sprechen, hört man bei allen Kindern den Satz: „Schau mal Papa, was ich kann“. Kinder buhlen um Aufmerksamkeit und Lob für alles, was sie tun und können. Die meisten Eltern reagieren auch mit Lob und Anerkennung.

Die Kinder verstehen schnell, dass sich das Üben einer Sache lohnt und entwickeln dabei Leidenschaft. Sie befinden sich bereits auf einer Aufwärtsspirale.

„Je mehr ich übe, desto mehr Anerkennung bekomme ich, weil ich stetig besser werde. Je mehr Anerkennung ich bekomme, desto motivierter bin ich, noch besser zu werden und noch mehr Zeit für Training zu investieren.“

Dies sollte uns Eltern auch Rückschlüsse geben, wie wir den Kindern helfen können - mit Motivation durch Anerkennung.

Kritik durch die Eltern bremst die Leidenschaft der Kinder und führt unweigerlich zu Frustration. Frustration bedingt eine Abwärtsspirale. Die Folge ist das Beenden des jeweiligen Sports.

Diese sehr einfachen Zusammenhänge helfen uns, die Kriterien der Trainingseffizienz sowohl innerhalb als auch außerhalb des Trainings einzuhalten.

Ein weiteres Kriterium, dass für das Trainieren von Tricks spricht, ergibt sich aus der absehbaren zukünftigen Entwicklung des modernen Fußballs. Spieler werden durch zunehmend bessere Trainingsmethoden immer schneller und ausdauernder. Während vor ca. 15 Jahren Spieler wie Christian Nerlinger die beste Laufleistung in einem Spiel mit ca. neun Kilometern hatten, laufen die Spieler heute fast dreizehn Kilometer. Aber nicht nur die Laufleistung hat sich enorm verbessert, sondern auch die durchschnittliche Geschwindigkeit und Sprintgeschwindigkeit der Spieler. Ebenso werden die taktischen Fähigkeiten heute viel intensiver trainiert und stetig verbessert.

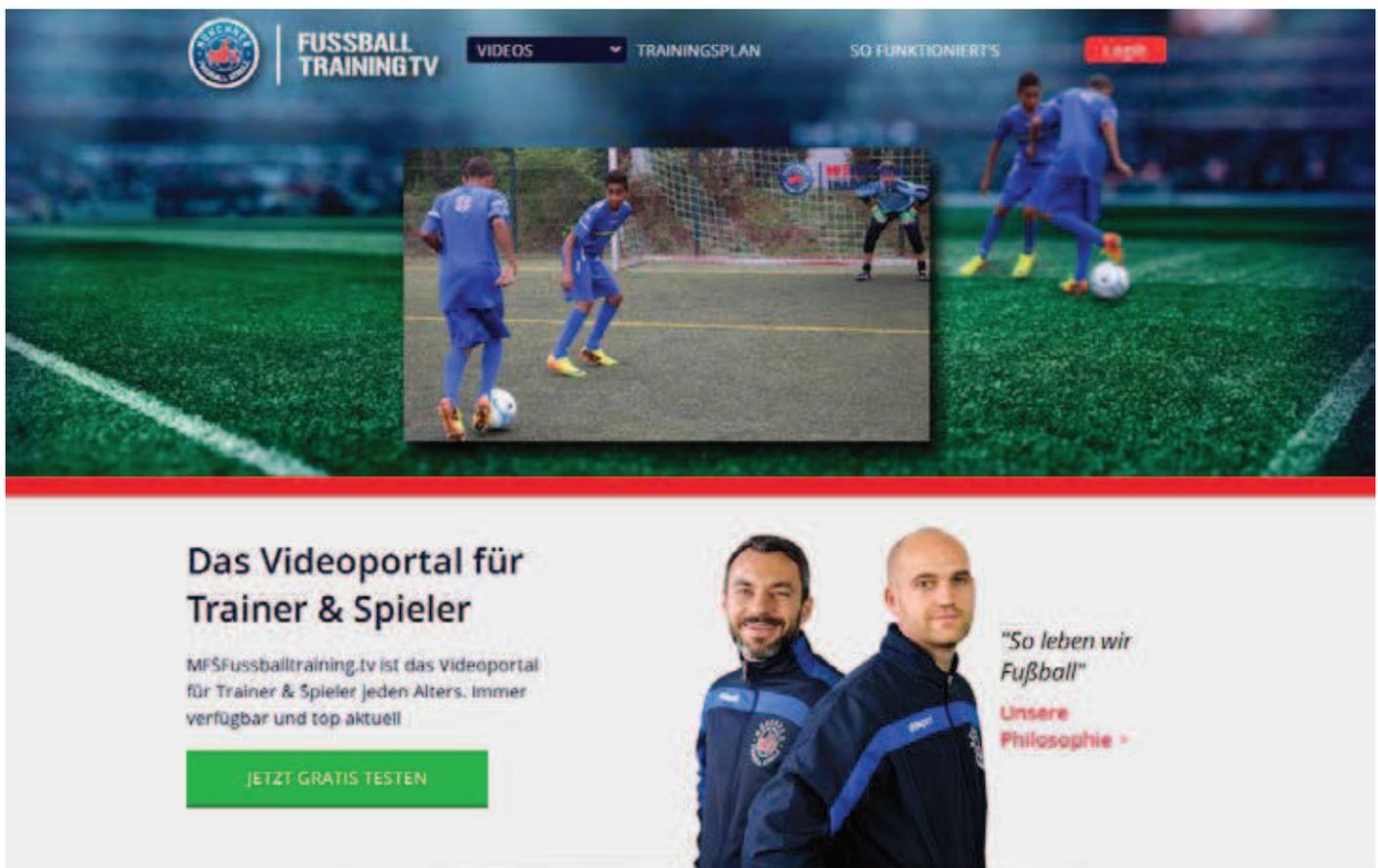
Die Folge dieser physischen und taktischen Verbesserungen ist, dass Räume immer schneller geschlossen werden können und der ballführende Spieler immer schneller unter Druck gesetzt werden kann. Nicht in allen Situationen gibt es zur richtigen Zeit eine Anspielstation, um die Drucksituation durch einen Pass lösen zu können.

Um aus solchen Situationen herauszukommen, brauchen wir demnach Spieler, die besondere technische Fähigkeiten besitzen. Durch eine Finte oder einen Trick gewinnen wir für kurze Zeit den entscheidenden Meter, um die Drucksituation lösen zu können.

Ein weiterer positiver und unabdingbarer Effekt der Trickphilosophie ist der Effekt auf das Selbstvertrauen und der daraus resultierenden mentalen Stärke der Spieler.

Spieler, die sämtliche Tricks beherrschen und damit technisch sehr gut ausgebildet sind, bekommen automatisch Anerkennung von Mitspielern, Eltern, Zuschauern und Trainern. Damit steigt das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und verbessert das Selbstwertgefühl der Kinder.

MFS Fussballtraining.TV



Das Videoportal für Trainer & Spieler

MFSFussballtraining.tv ist das Videoportal für Trainer & Spieler jeden Alters. Immer verfügbar und top aktuell

[JETZT GRATIS TESTEN](#)

"So leben wir Fußball"
Unsere Philosophie >

Gemeinsam verbessern wir das Spiel MFSFussballtraining.TV geht an den Start

Über ein Jahr lang haben wir geplant, organisiert, gefilmt, geschnitten, eingesprochen, abgestimmt, vertont und einfach sehr viel Zeit investiert. Doch jetzt ist es fast soweit – das Ziel vor den Augen. Unser neues Videoportal für Trainer und Spieler steht kurz vor dem Release. MFSFussballtraining.TV heißt unser neues Projekt und wir freuen uns wahnsinnig, dass es bald online geht. Die Inhaber der Münchner Fussball Schule und die beiden Gesichter des DVDFussballtrainer, David Niedermeier und Michael Schuppke, hatten die Idee zu diesem Videoportal.

Worum geht es bei MFSFussballtraining.TV? Hier finden alle Interessierten zu Beginn in über 250 Trainingsvideos Alles zum Thema Training, Taktik und Tricks. Dabei werden fortlaufend neue Videos bereitgestellt, damit sich Trainer und Spieler immer neue Informationen und Ideen für ihr Training und für ihr Spiel holen können. Trainer können sich dabei aus dem großen Übungspool auch eigene Trainingspläne zusammenstellen und diese archivieren – ein absolut wertvolles Tool für eine sinnvolle und gute Trainingsarbeit.



DIE DREI KERNELEMENTE

TRAINING, TAKTIK UND TRICKS

Das Herzstück bilden über 100 verschiedene Tricks und Koordinationsübungen, die durch Kombination einen unendlichen Pool an Übungseinheiten ergeben



NEU

MÜNCHNER FUSSBALL SCHULE MFS

MFSFUSSBALL TRAINING.TV

Das Videoportal für alle Trainer und Spieler!

Registriere Dich jetzt unter www.mfsfussballtraining.tv und schaue Dir über 30 Trainingsvideos kostenlos an



NEU

MÜNCHNER FUSSBALL SCHULE MFS

MFSFUSSBALL TRAINING TV

- ✓ Nie wieder über Trainingspläne nachdenken
- ✓ Lehrvideos zu Training, Taktik und Tricks
- ✓ Über 250 Videos aus über 20 Kategorien
- ✓ Regelmäßig neue Trainingsvideos
- ✓ Trainingspläne erstellen und archivieren
- ✓ Eine ganzheitliche Trainingsphilosophie
- ✓ Keine Vertragslaufzeit - jederzeit kündbar

www.mfsfussballtraining.tv

uhlsport  TEAMSPORTBEDARF.DE

Mit Hilfe von Unterkategorien können Trainer den Schwerpunkt der Trainingseinheiten selbst festlegen und variieren. Die ständige Aktualisierung der Plattform gewährleistet eine abwechslungsreiche Trainingsgestaltung. Darüber hinaus bietet das Portal Videomaterial, in dem die Grundlagen und Finessen der Fußballtaktik in Theorie und Praxis vermittelt werden. So unterstützt diese Videoplattform bei der Umsetzung einer ganzheitlichen Fußballausbildung nicht nur die Trainer, sondern auch die Spieler. Sie können sich z.B. detailliert über positionsspezifische taktische Themen informieren. Damit verbessern Trainer ihre tägliche Arbeit und Spieler verbessern ihr Spiel. Wir leben Fußball – und wollen anderen diese Leidenschaft vermitteln!

Michael Schuppke und David Niedermeier
Die Macher von MFSFussballtraining.TV



Vielen Dank an Flo, Marco, David, Michi, Matze, Ferdi, Domi, Felix, Markus und Dilly – ohne Euch würde es MFSFussballtraining.TV nicht geben!



FÖRDERTRAINING

Vereinsergänzendes Training in kleinen Gruppen



„Im Fokus unseres Konzepts steht die Weiterentwicklung von technischen, koordinativen und taktischen Elementen. Hierbei wird jeder Einzelne nach seinem Ist-Zustand individuell gefördert.“

Die MFS bietet täglich ein vereinsunabhängiges Fördertraining in München und Umgebung an. Jedes Kind kann gemäß seinem Alter an den jeweiligen Förderprogrammen teilnehmen. Sowohl Kinder und Jugendliche als auch Vereine profitieren von der individuellen Schulung der fußballerischen Fähigkeiten sowie dem Erlernen sozialer bzw. teamorientierter Kompetenzen. Im Fokus unseres Konzepts steht die Weiterentwicklung von technischen, koordinativen und taktischen Elementen. Hierbei wird jeder Einzelne nach seinem Ist-Zustand individuell gefördert. Anfänger und Fortgeschrittene erlernen so ständig neue koordinative Bewegungsabläufe und technische

Bewegungsmuster.

Die leistungsstarken Spieler werden ihre Erfahrungen durch die Übungsformen schnell automatisieren. In jeder Trainingseinheit steht natürlich Spaß und Freude am Fußball an erster Stelle. Wir verbinden Finten und Koordination primär mit Torschuss und Wettkampf. Auch konditionelle Elemente wie Schnelligkeit, Kräftigung und Stabilisation, sowie Beweglichkeit werden in Kombination mit fußballerischen Inhalten mittrainiert. Jedes Kind oder jeder Jugendliche ist bei uns herzlich willkommen und kann gerne auch zusätzlich zum Vereinstraining am Fördertraining der MFS teilnehmen.

UNSERE STANDORTE:

SC Baldham-Vaterstetten
FV RW Birkenhof-Eschenried
FC Deisenhofen
FC Eintracht München
VfR Garching

FT München-Gern
TSV Haar
SV Inning
SV Lohhof
SV Mering

FC Neufahrn
TSV Paunzhausen
Soccerworld München
SV Straßlach
DJK Würmtal

Weitere Informationen und die neuen Standorte finden Sie auf unserer Homepage

www.muenchner-fussball-schule.de

FUSSBALLKINDERGARTEN

Fußball mit den Kleinsten...



„Die große Begeisterung der Kids, die Zufriedenheit der Eltern, die rasante koordinativ-technische Entwicklung haben uns in unseren Bemühungen bestätigt.“

Schon lange ist der Fußball-Kindergarten ein fester Bestandteil unseres vielfältigen Angebots. Bei den 4-6 jährigen haben wir mittlerweile, wie auch viele Vereine bundesweit, enormen Zulauf und stetig wachsende Teilnehmerzahlen an allen unseren Standorten. Seit dem Sommer 2011 haben wir ein Pilotprojekt beim TSV Poing ins Leben gerufen und mit den Kleinsten der Kleinen zu kicken begonnen. Die Fußballzwerge, die sich einmal in der Woche zum „Training“ treffen, sind nicht älter als zwei bis drei Jahre. Auch für uns war dieses Projekt absolutes Neuland und, ehrlich gesagt, hatten auch wir einige Zweifel an der Durchführbarkeit und Sinnhaftigkeit solcher Einheiten.

Doch nach drei Jahren lässt sich ein durchweg positives Fazit ziehen. Die große Begeisterung der Kids, die Zufriedenheit der Eltern, die rasante koordinativ-technische Entwicklung und die stetig wachsende Anzahl der Teilnehmer haben uns in unseren Bemühungen bestätigt.

Das Hauptaugenmerk liegt bei der Ausbildung auf dem möglichst vielfältigen Erwerb an Bewegungserfahrung, sehr vereinfachten fußballspezifischen Bewegungsformen und Elementen aus (Kinder)Turnen, Tanzen, Gymnastik und der Leichtathletik. Alle Inhalte werden mit Ball durchgeführt und kleine Fang- und Abenteuerspiele runden die Einheiten ab.

UNSERE STANDORTE:

SC Baldham-Vaterstetten
 FV RW Birkenhof-Eschenried
 SpVgg Feldmoching
 ASV Glonn
 FT München-Gern

1.SC Gröbenzell
 VFR Hallbergmoos
 TSV Herrsching
 FC Ismaning
 FC Neufahrn

BSC Sendling
 TSV Solln
 SV Straßlach
 FC Teutonia München
 DJK Würmtal

Diese Angebote könnten auch in Ihrem Verein stattfinden!

www.muenchner-fussball-schule.de

10 FRAGEN AN BARAN DÖSLU

Baran ist 7 Jahre alt und spielt in der Ausbildungsmannschaft FC Neufahrn.

Was genau machst du bei der MFS und wie bist du dazu gekommen?

Ich habe mit dem Fördertraining angefangen und jetzt bin ich bei der Ausbildungsmannschaft.

Was macht dir beim Training am meisten Spaß?
Tore schießen.

Auf welche Bereiche legt dein Trainer Markus Wiedemann am meisten Wert?
Zuhören, saubere Ausführung der Übungen und dabei Spaß haben.

Hast du einen Lieblingstrick? Und welchen Trick nutzt du im Spiel in 1 gegen 1 Situationen am liebsten?
Ronaldotrick und „ziehen hintenrum“.

Hast du eine Lieblingsposition?
Ich spiele am liebsten in Sturm.

Wie oft trainierst du in der Woche?
Drei mal.



Was ist dein Vorbild bzw. wer ist dein aktueller Lieblingsspieler und warum?
Neymar, weil er tolle Tricks kann.

Dein Lieblingsverein heißt...?
FC Bayern München.

Was meinst du, welche Eigenschaften muss ein Spitzenfußballer haben?
Schnelligkeit, gute Ballbeherrschung, Auge fürs Spiel...

Was ist dein größter Traum als Fußballspieler?
Profispieler werden!

Vielen Dank für das Interview, Baran!



TRAINERAUSBILDUNG

1. Zentrale Trainerfortbildung der MFS



„Sowohl ich, als auch meine beiden Kollegen vom ASV Dachau waren schwer begeistert. Die Sportstätte, die Referenten, die Würmtaler Jungs die begeistert mitgemacht haben, der Stoff und die Fülle an guten Tipps – alles echt top! Besser kann man das nicht aufziehen.“

Gordon Bunzel (Trainer ASV Dachau F5)

Am 8. März fand zum ersten Mal die zentrale Trainerfortbildung der MFS auf dem Gelände des TSV Haar statt. Bei herrlichen äußeren Bedingungen hatten über 30 Trainer aus der ganzen Republik den Weg zu uns gefunden und standen pünktlich um 8:30 Uhr in den Startlöchern.

In zwei Gruppen aufgeteilt, Kleinfeld und Großfeld, durchliefen alle Teilnehmer den ganzen Tag über verschiedene Stationen mit den Schwerpunkten Technik, Koordination & Schnelligkeit, Spielformen und Taktik.

Mittags wurde sich dann beim angebundenen Italiener „Da Pino“ gestärkt. Nach Pasta und Pizza ging es dann nachmittags in den zweiten Teil. Bis auf den Schwerpunkt Taktik wurde sich alles praktisch auf

dem Platz erarbeitet, so dass alle Trainer nicht nur den Übungsaufbau sehen konnten, sondern auch die Art und Weise der Durchführung.

Ein großer Dank an dieser Stelle an die U12 vom DJK Würmtal und an die U12 und U15 vom TSV Haar, die mit großer Begeisterung und viel Engagement dabei waren.

Um 17.30 Uhr haben wir dann unsere Trainerkollegen mit zufriedenen Gesichtern und rauchenden Köpfen verabschiedet.

An dieser Stelle möchten wir uns nochmals ganz herzlich bei allen Teilnehmern bedanken – uns hat der Tag mit Euch extrem viel Spaß gemacht!

Geplant ist, zukünftig mindestens 2 zentrale Trainerfortbildungen pro Jahr anzubieten.

Sollten Sie Interesse an einer internen Trainerfortbildung in Ihrem Verein haben, melden Sie sich bitte bei David Dechamps 089/89 74 545 12 oder Felix Hirschnagl 089/89 74 545 15 oder schreiben Sie eine Mail.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.muenchner-fussball-schule.de

EINZELTRAINING

Nicht nur eine individuelle Leistungssteigerung



„Im Einzeltraining kann eine optimale Korrektur und Automatisierung der Technik erreicht werden.“

In den meisten Teams kann aufgrund der großen Spielerzahl kaum individuell an den Schwächen und Stärken der Kinder und Jugendlichen gearbeitet werden. Vor allem in den Bereichen Schusstechnik, Finten und Ballan- und mitnahme von flachen und hohen Bällen sind bei fast allen Kindern noch große Defizite zu verzeichnen.

Durch Zwei- bzw. Dreischussspiele erlangen die Kinder im Einzeltraining über 300 Wiederholungen pro Einheit, während die Wiederholungszahlen im Team-

training weit geringer sind.

Die Effekte auf die beidfüßige Schusstechnik sind enorm. Ein Ziel des Trainings ist es, auch Effetbälle, Flugbälle aber auch den Spannstoß mit beiden Füßen technisch sauber spielen zu können. Die Schusstechnik wird dabei mit An- und Mitnahmen sowie Tricks gekoppelt, um auch diese Bereiche zu verbessern. Im Einzeltraining kann eine optimale Korrektur und Automatisierung der Technik erreicht werden. Die Fortschritte dabei sind besonders hoch.

Sowohl der Austragungsort als auch die Termine für Einzeltraining können individuell auf Anfrage abgestimmt werden. Wir freuen uns bereits sehr auf intensive Trainingseinheiten mit den Kindern.

SCHNELLIGKEITSTRAINING

Schnelle Beine machen den Unterschied



„Im modernen Fußball nimmt der schnelle Spieler nicht nur eine große Bedeutung ein – in höheren Spielklassen wird es Grundvoraussetzung sein, um überhaupt erfolgreich Fußballspielen zu können.“

Schnelligkeit im Fußball war schon immer ein leistungslimitierender Faktor. Der schnellere Spieler hatte schon immer einfach die entscheidenden Zentimeter oder Meter Vorsprung vor dem Gegenspieler. So sind viele Spiele durch den schnelleren Spieler und so durch den entscheidenden Pass oder durch den Torschuss entschieden worden.

Im modernen Fußball nimmt der schnelle Spieler nicht nur eine große Bedeutung ein – in höheren Spielklassen wird es Grundvoraussetzung sein, um überhaupt erfolgreich Fußballspielen zu können. Schon heute kann man diesen Trend in Mannschaften wie Borussia Dortmund erkennen, in welcher die meisten Spieler nicht nur über eine sehr gute Grundschnelligkeit verfügen. Auch Teilbereiche der Schnelligkeit wie Reaktions- oder Aktionsschnelligkeit sind in diesem Team hervorragend ausgebildet.

Nur so kann das schnelle und sehr flexible Spiel der

Dortmunder überhaupt funktionieren. Oder was wäre der FC Bayern ohne seinen schnellen Außenspieler Müller, Ribery und Robben?

In der Münchner Fußball Schule haben wir diesen Trend schon lange erkannt. Seit nun mehr als fünf Jahren bieten wir ein separates Schnelligkeitstraining für alle Spieler an. Dabei trainieren wir die Spieler in drei Stufen. Stufe 1 beinhaltet das Trainieren von azyklischen Bewegungsmustern, Stufe 2 beschäftigt sich mit den zyklischen Elementen, der Frequenzschnelligkeit und mit dem Laufsprint. Die dritte Stufe schult die Koordination, die Reaktions- und die Aktionsschnelligkeit. Unser Training wird abgerundet mit einem speziellen Kräftigungs- und Stabilisationsprogramm, damit die Spieler an Körperspannung zulegen und die eingesetzte Energie auch optimal in die Beine übertragen können und so noch mehr an den berühmten Zentimeter an Vorsprung gewinnen.

Weitere Informationen und Termine finden Sie auf unserer Homepage

www.muenchner-fussball-schule.de

Ein Probetermin kann jederzeit vereinbart werden.

TORWARTCAMP

Torwart-Action in kleinen Gruppen



Bereits im letzten Jahr 2013 konnten wir bereits mit dem ersten Feriencamp rein für Torhüter starten. Drei Tage lang konnten sich zehn junge und ambitionierte Keeper in Sachen Torwarttechnik, Spieleröffnung und 1:1-Situationen verbessern. Dabei trainierten die Torhüter in zwei Gruppen, insgesamt 2 Mal pro Tag. Auch im Jahr 2014 wird es wieder Torwartcamps der MFS geben. Dabei ermöglichen wir den Kindern und Jugendlichen, wie auch in unseren regelmäßigen Wochenkursen, ihre Leidenschaft für die Torhüterposition auszuleben, sich zu verbessern und viele verschiedene Dinge rund um diese Position zu erfahren.

In erster Linie steht der Spaß im Vordergrund. Deshalb unterscheidet sich die Philosophie des MFS-Torwarttrainings auch von anderen Konzepten.

Ein monotones Einüben sämtlicher Grundtechniken des Torwartspiels ist gerade im Kindesalter nicht wirksam. Vielmehr geht es darum, den jungen Keepern von morgen, eine Vorstellung von allen möglichen Torwarttechniken zu geben, ohne dabei die Action und die Freude am Fußballspielen zu vernachlässigen. Fußballspielen ist hier auch eines der Schlagworte. Wie wichtig es für Torhüter heutzutage ist, Spielsituationen spielerisch lösen zu können, zeigt die Entwicklung des modernen Fußballs.

Daher setzt sich das Grundgerüst unseres Torwarttrainings aus den Bausteinen „Torwart-Basics“, „Koordination und Technik“ und v.a. „Spaß und Action“ zusammen. Durch die intensive Arbeit in kleinen Gruppen, können diese Dinge im Torwartcamp der MFS gezielt angegangen und umgesetzt werden.

Zwei Termine bei FT München-Gern stehen für 2014 bereits fest:

Pfingsten: 09.06.14 – 11.06.14

Sommer: 08.09.14 – 10.09.14

Weitere Informationen und die neuen Standorte finden Sie auf unserer Homepage

www.muenchner-fussball-schule.de

TORWARTTRAINING

Nicht nur fangen, auch spielen

Das Torwarttraining bildet einen der wichtigsten Trainingsbausteine für erfolgreiche Fußballmannschaften, da die Torhüterposition im modernen Fußball immer wichtiger wird. Die aktuell besten Keeper der Welt zeichnen sich nicht nur durch tolle Paraden und schnelle Reaktionen auf der „Linie“ aus, sondern auch durch aktive Teilnahme am Spielaufbau und fußballerisches Geschick. Die Grundlagen für erfolgreiches Torwarttraining sind eine saubere und runde Technik in den Bereichen Fangen, Fliegen und Landen. Die Ausbildung der verschiedenen koordinativen Aspekte und der Verbesserung



der fußballerischen Fähigkeiten dürfen dabei aber nicht vernachlässigt werden. Die Ausbildung der verschiedenen koordinativen Aspekte und der Verbesserung der fußballerischen Fähigkeiten dürfen dabei aber nicht vernachlässigt werden. Diese Fähigkeiten sollten bereits im frühen Jugendtraining erlernt und ständig gefestigt werden.

Ziel des MFS-Torwarttrainings ist es, die Kinder spielerisch und mit viel Spaß an torwartspezifischen Grundlagen auszubilden. Die Übungsinhalte gehen hierbei nicht zu sehr ins Detail. Vielmehr sollen die Hauptgrundlagen des Torwartspiels, wie z.B. Fangen, Springen, Werfen und Schießen spielerisch behandelt werden, um die allgemeine Grundausbildung zu generieren und Kinder für diese Position zu begeistern. Dazu gehören neben Fangspielen auch fußballtechnische Spielformen, die den Spaß am TW-Training

aufrechterhalten.

Kinder zwischen 6 und 9 Jahren sollten also nicht zu früh für diese individuelle Position spezialisiert werden. Erst ab Beginn der D-Jugend wird das Torwarttraining spezieller.

Das Training mit Torhütern ist ein sehr individueller Trainingsprozess, der viel Zeit in Anspruch nimmt und sich hinsichtlich Intensität und Umfang vom allgemeinen Fußballtraining abgrenzt. Gemäß unserer Philosophie sollen die Torhüter als spielende Keeper ausgebildet werden, ohne dabei aber die elementaren Torwarttechniken zu vernachlässigen, um das Rundumpaket zu schnüren. Das wichtigste ist jedoch der Spaß an der Sache. Das Training liefert durch die ständige Variation neue Anreize an den Torwart. Action und Spaß stehen in unserem Ausbildungskonzept für junge Torhüter an vorderster Front.

UNSERE STANDORTE:

FT München-Gern

SV Straßlach

DJK Würmtal

Diese Angebote könnten auch in Ihrem Verein stattfinden!

www.muenchner-fussball-schule.de

TRAININGSLAGER

Fußball individuell



Ab sofort bietet die Münchner Fußball Schule auch die Möglichkeit eines Trainingslagers durch qualifizierte Trainer der MFS an.

Basisangebot: Dies umfasst die Übernachtung im Haus International in München oder einem ähnlichen Hotel. Vollverpflegung, sämtliche Getränke während des Trainings sowie zwei Trainingseinheiten pro Tag sind inklusive. Eine Stadtrundfahrt mit den Höhepunkten Münchens und der Besuch eines Spieles der SpVgg Unterhaching im Sportpark oder des TSV 1860 München in der Allianz-Arena (je nach Verfügbarkeit und Terminen) sind inbegriffen. Jeder Spieler erhält außerdem ein Trikot der MFS.

Folgende Angebote können wir gerne individuell für

Sie organisieren:

- Bustransport für die komplette Woche
- Ausflugspaket Olympiapark inkl. Turm und Sea-Life

- Ausflugspaket Therme Erding

- Besuch eines Trainings des FC Bayern/TSV 1860

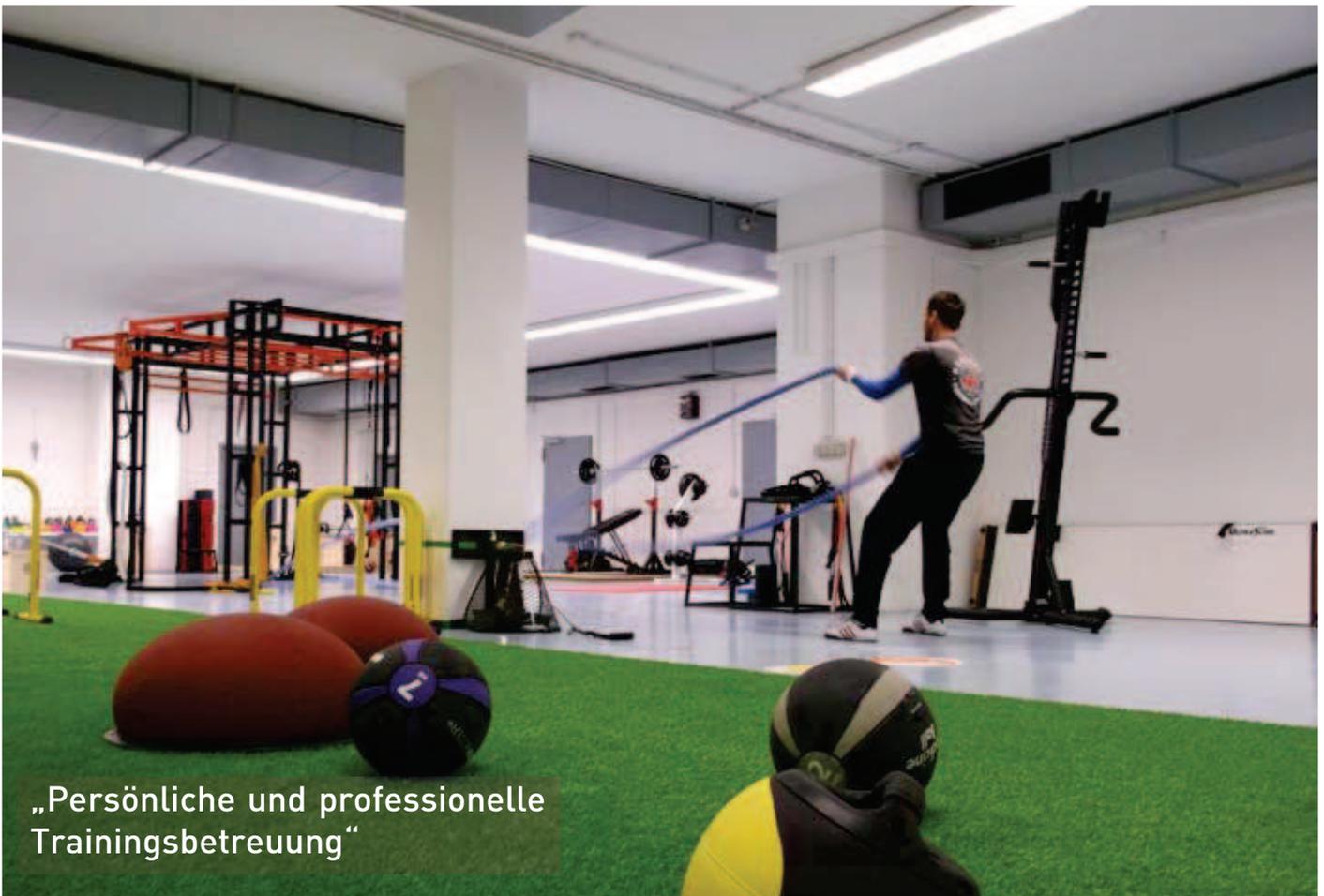
In den letzten Jahren nahmen beispielsweise die Juniorenauswahlteams Serbiens unser Angebot für zweiwöchige Trainingslager wahr.

Auf dem Programm standen täglich zwei Trainingseinheiten, sowie ein entsprechendes Nachmittags- und Abendprogramm. Hier standen Münchens Sehenswürdigkeiten sowie teambildende Freizeitunternehmungen im Mittelpunkt.

Sowohl sportliche Inhalte und Ziele sowie das Rahmenprogramm und die Anzahl der Tage werden nach Wunsch und Anspruch auf die Zielgruppe zugeschnitten.

PERSONAL TRAINING

Individuelles Trainingsprogramm für Erwachsene



„Persönliche und professionelle Trainingsbetreuung“

Seit einem Jahr haben wir in unserem Programm den Bereich Personal Training.

Dank professioneller Räumlichkeiten haben wir die Möglichkeit auch Müttern, Vätern und allen anderen Sportbegeisterten persönliche und professionelle Trainingsbetreuung anzubieten. Sowohl gesundheitsorientierter Sport als Ausgleich zum Arbeitsalltag als auch individuelle, zielgerichtete sportliche Verbesserung können Hintergrund eines solchen Trainings sein. Die individuelle Betreuung durch unsere Diplom-Sportwissenschaftler in Verbindung mit neuesten Trainingsprogrammen und –möglichkeiten ermöglichen verschiedenste Zielsetzungen:

- Herausbilden eines besseren Körpergefühls
- bessere Gewichtskontrolle- Stressabbau
- Herz- und Kreislauftraining
- Stärkung und Kräftigung der Rumpfmuskulatur
- Verbesserung von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit

Auch eine bessere körperliche Wiederherstellung nach Verletzungen oder Krankheit ist durch ein derartiges Training möglich. Personal Coaching ist in jedem Lebensabschnitt möglich und hilft nicht nur ihrem körperlichen, sondern auch ihrem geistigen Wohlbefinden!

Sollten Sie Interesse an einem Personal Training haben, melden Sie sich bitte bei Michael Schuppke 089/89 74 545 10 oder schreiben Sie eine Mail an info@muenchner-fussball-schule.de

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage
www.muenchner-fussball-schule.de

ATHLETIKTRAINING

Gesunde Ganzkörperstabilisation, Verletzungsprophylaxe und Leistungssteigerung



„Bereits ab einem Alter von zehn Jahren ist Athletiktraining absolut sinnvoll, um gerade im Wachstum für eine gesunde und stabile Entwicklung des Körpers zu sorgen“

Der Fußball wird immer schneller, immer athletischer, immer anspruchsvoller. Diese Tatsache verlangt nach immer umfassenderen und spezialisierten Trainingsinhalten. Der Körper muss auf der einen Seite immer leistungsfähiger werden, soll aber auf der anderen Seite den steigenden Belastungen standhalten.

Ein stabiler Rumpf sowie ein fußballspezifisch gekräftigter Oberkörper und eine ausgeprägte Beinmuskulatur sind die Basis für eine gute Verletzungsprophylaxe.

Bereits ab einem Alter von zehn Jahren ist ein solches Training absolut sinnvoll um gerade im Wachstum für eine gesunde und stabile Entwicklung des Körpers zu sorgen. Darüber hinaus ist dies die Grundlage für

ein darauf aufbauendes fußballspezifisches Schnelligkeitstraining.

So dient das Athletiktraining nicht nur einer guten körperlichen Grundlage, sondern vor allem der Leistungssteigerung im Fußball.

Stabilisation und Kräftigung der Muskulatur und das funktionelle Umsetzen dieser Kraft in schnelle, dynamische Bewegungen sind Inhalt und Ziele des Athletiktrainings. Auch die mentale Stärke kann durch ein solches Training unterstützt werden.

Der bewusste Umgang mit dem Körper und das Wissen um seine Stärke unterstützen das Selbstvertrauen und das Vertrauen in den eigenen Körper. Körperliche Baustellen können so schneller und bewusster erkannt und auch entsprechend behoben werden.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage
www.muenchner-fussball-schule.de

POWERDAY

Intensiver Trainingstag



Die jungen Kicker durchlaufen in Gruppen unterteilt die Stationen Technik, Koordination und Schnelligkeit sowie Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktik. Nach einem Mittagessen und einem kleinen Regenerationsprogramm können die Kinder dann

das Gelernte in einem Turnier umsetzen. Dabei werden Spielsituationen erklärt und intensiv Lösungsmöglichkeiten gemeinsam erarbeitet. Am Ende des Tages werden die Jungs und Mädels richtig ausgepowert sein – und werden viel gelernt haben!

Die Termine werden rechtzeitig per Newsletter und unter News bekanntgegeben.

POWERTRAINING

Intensives 2 Stunden Power-Training

Dabei handelt es sich um ein spezielles, auf ambitionierte Spieler und Teilnehmer unserer Förderprogramme zugeschnittenes Intensivtraining. Die Einheiten finden täglich von 10:00 – 12:00 Uhr statt und können einzeln gebucht werden. Besonderer Schwerpunkte sind:

- Ball an-/mitnahme von hohen und flachen Bällen.
- Tricks und Trickkombinationen.
- Athletiktraining (Koordination, Kraft und Schnelligkeit)
- Sämtliche Schusstechniken.
- Unterschiedliche Spielformen.

Diese Angebote könnten auch in Ihrem Verein stattfinden!

www.muenchner-fussball-schule.de

FUSSBALL IN DER SCHULE

Endlich Bewegung nach langem Sitzen



„Wir legen gerade in unseren Schulprogrammen den Schwerpunkt auf das „Bewegen Lernen““

Die MFS veranstaltet aktuell in Kooperation mit Grundschulen in und um München ein Fußballprogramm. Ihre Kinder machen etwas für die Gesundheit und ihre Motorik. Die Übungs- und Trainingsformen werden effizient und bewegungsreich gestaltet - die Kinder können sich nach dem langem Sitzen in der Schule endlich austoben.

Unser Konzept sieht dabei ein gesundheitsorientiertes Fußballtraining vor. Generation Playstation - der zunehmende Mangel an Bewegung bedingt Bewegungsdefizite sowie gesundheitliche Beeinträchtigungen und Wahrnehmungsstörungen.

Durch eine gezielte Schulung der koordinativen Fähigkeiten

durch den Fußballsport werden besonders Haltungs- und Muskelschwächen vorgebeugt oder abgebaut. Gleichgewicht, Geschicklichkeit, Reaktion und Konzentration - nur ein paar Beispiele von Fähigkeiten, die verbessert werden und auch im Alltag von großem Nutzen sind. Wir legen gerade in unseren Schulprogrammen den Schwerpunkt auf das „Bewegen Lernen“. Gerade in den letzten Jahren wurden immer mehr Sportstunden in den Schulen gestrichen und wir wollen mit unserem Programm eben diese Lücke in der körperlichen Ausbildung der Kinder schließen. Natürlich steht wie immer der Spaß am Fußball im Vordergrund.

UNSERE STANDORTE:

Camerloher Schule Ernst Reuter Schule Rothpletz Schule Tumblinger Schule

Weitere Informationen und die neuen Standorte finden Sie auf unserer Homepage
www.muenchner-fussball-schule.de

PATENSCHAFT

Übernehmen Sie eine Patenschaft für Kinder in der MFS



Mittlerweile nehmen jährlich über 5000 Kinder und Jugendliche an den Programmen der Münchner Fussball Schule teil. Mit großer Begeisterung besuchen sie die verschiedenen Trainings- und Ferienprogramme und erleben mit leuchtenden Augen die große Freude am sportlichen Miteinander. Sich im sportlichen Wettkampf messen, gewinnen und verlieren lernen, sich ein- und manchmal auch unterordnen, in der Gruppe ein Ziel erreichen und im respektvollem Umgang spannende Erlebnisse teilen, das alles kann der Fußball vermitteln. An uns selbst stellen wir daher höchste Ansprüche die fachliche und soziale Kompetenz betreffend.

Wir haben es uns zum Ziel gemacht, diese Werte auch an unsere Kinder und Jugendlichen weiterzugeben. Professionelle und nachhaltige Betreuung kostet Geld und nicht jeder ist in der glücklichen Lage, sich das leisten zu können. Wir suchen Paten für all diejenigen, die sozial schwächer gestellt sind und eine spezielle Unterstützung dringend nötig haben.

Um hier helfend zur Seite stehen zu können brauchen wir SIE!

Firmen, Vereinigungen und Einzelpersonen die eine Patenschaft übernehmen, damit auch diese Kinder die Möglichkeit bekommen, an einem unvergesslichen und prägenden Fußball-Erlebnis teilnehmen zu können. Bei Interesse werden wir selbstverständlich Ihre Patenschaft und Ihr soziales Engagement der Öffentlichkeit präsentieren. In unserem Magazin EINSNULL sowie auf unserer Homepage (über 2 Millionen Besucher jährlich) und auf Facebook werden Sie namentlich mit Foto und Bericht aufgeführt. Auch eine Veröffentlichung in der lokalen Presse können wir für Sie organisieren. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie oder Ihr Unternehmen eine Patenschaft in der Münchner Fussball Schule übernehmen. Geben Sie diesen Kindern eine Chance, schenken Sie Ihnen Freude am Leben.

Werden sie Pate!

Ein Anruf oder eine E-Mail genügt und wir organisieren mit Ihnen zusammen Ihr soziales Projekt!
089/89 745 45 10 oder info@muenchner-fussball-schule.de

FUSSBALL-KINDERGEBURTSTAG

Geburtstagfeier mit den besten Freunden und Fußball!



Buchen Sie für den Kindergeburtstag Ihres Kindes einen Trainer der Münchner Fussball Schule.

Der Trainer kommt zu einem gewünschten Termin mit Material und einem breiten Übungsrepertoire zu Ihnen. Inhalte, Dauer und Ort können individuell auf Ihre Wünsche abgestimmt werden.

Egal ob Trickschule, Fußballtennis, Zielschusswettbewerb, Fußball-Baseball oder Spiel und Turnierformen – wir stellen uns auf Sie und das Geburtstagkind ein.

Wir freuen uns jetzt schon auf einen tollen und erlebnisreichen Tag mit Ihnen und Ihren Kids.

RENT-A-TRAINER

Wir betreuen Ihre Mannschaft



Trotz der demografischen Entwicklung haben Fußballvereine in und um München einen weiterhin enormen Zulauf an fußballbegeisterten Kindern und Jugendlichen. Dies hängt vor allem mit der weitestgehend guten wirtschaftlichen Situation und den dadurch bedingten hohen Zuzug von jungen Familien zusammen.

Immer mehr Vereine haben daher Probleme, ihre mittlerweile zahlreichen Jugendmannschaften mit Trainern zu besetzen, die die nötige Zeit und die Qualifikation für die Kinder und Jugendlichen mitbringen! Die MFS will Ihnen helfen, bevor die Mannschaft vom Spielbetrieb zurückgezogen wird und traurige

Kindergesichter die Folge sind. Selbstverständlich geschieht dies alles nur in enger Zusammenarbeit mit dem Verein und den Eltern. Die MFS will dem Verein in der Förderung Ihrer Nachwuchsspieler helfen, damit langfristig eigene gute Spieler für den Herrenbereich ausgebildet werden.

Sie können unsere Trainer aber auch nur für einen begrenzten Zeitraum engagieren, sofern Sie dies wünschen.

Wenn Sie z.B. Ihren Kindern einfach mal eine Abwechslung im Trainingsalltag oder ihnen ein spezielles Koordinationstraining bieten wollen, stehen wir Ihnen selbstverständlich dafür zur Verfügung!

MFS JUGENDTEAMS

U7, U9, U13, U14, U16, U17 DJK Würmtal, U14, U19 JFG Linsee,
 U7, U8, U9, U12, U14, U15 TSV Haar, U9, U10, U11, U14 SC Baldham-Vaterstetten,
 U6 bis U13 TSV Poing, U7, U9, U10, U12, U14 TuS Holzkirchen,
 U8, U13 FV RW Birkenhof-Eschenried, U9 FC Neufahrn, U11 SF Föching,
 U15 TSV Grünwald, U13 SV-DJK Taufkirchen, U11 FC Bayern München

MFS HERRENTÉAMS

SV Niederroth, TSV Solln, FC Parsdorf

U12 DJK WÜRMTAL

Projekt „Doppelspielbetrieb“



Die U12 des DJK Würmtal, die aus den Jahrgängen 2002 und 2003 besteht, ist mittlerweile 22-Mann stark. Das war nicht immer so. Ursprünglich ist das Team aus einem Fussballkindergarten der Münchner Fussball Schule entstanden.

Der Kader bestand in der Vergangenheit immer zwischen 14 und 16 Spielern. Eigentlich viel zu groß für die Spielbetriebe in der F- und E-Jugend. Fehlende Spielzeiten konnten in der Vergangenheit durch zusätzliche Freundschaftsspiele jedoch ausgeglichen werden.

Allerdings hat man gerade in den jüngeren Altersstufen vergleichsweise viele Absagen für das Wochenende. Somit hatte man im Schnitt immer zehn Kinder für den Spieltag zur Verfügung.

Hier folgte nun ein Wandel. Die Jungs sind mittlerweile richtig fussballhungrig und motiviert. Jeder möchte jedes Wochenende spielen und zum Einsatz kommen. Also nahm man den jungen und talentierten Co-Trainer Simon Schroth mit an Bord.

Der Kader wurde mittlerweile um sieben Spieler ergänzt und ist im U13-Spielbetrieb doppelt gemeldet. Das gesamte Team spielt in den Ligen Süd 02 und Süd 06.

Wer wann wo spielt, ändert sich von Woche zu Woche.

„Es gibt kein Team 1 und Team 2, sondern es wird fleissig rotiert. Jeder Spieler im Kader wird benötigt und kommt jedes Wochenende zum Einsatz“

Für die fussballerische Ausbildung war dies ein wichtiger Schritt für die Jungs. Viermal Fussball pro Woche lässt sie kontinuierlich besser werden.



FERIENCAMPS



3-5 Tage Fußball pur, für alle Kinder ab 6 Jahren, max. 12 Kinder pro Gruppe

PREISE: 3 Tage - 159 Euro, 4 Tage - 179 Euro, 5 Tage - 199 Euro, Torwertschule Aufpreis 40 Euro

IM PREIS: Mittagessen, Getränke, MFS Trikot, MFS Cappy, Trinkflasche und Spielzeugnis

ABLAUF

- 9.30 Ankunft der Kinder
- 9.45 – 12.00 1.Trainingseinheit
- 12.00 – 13.00 Mittagspause/Essen
- 13.00 – 14.00 2.Trainingseinheit/Torwertschule
- 14.00 – 15.30 Spielformen/Turnier
- 15.30 Abholung durch Eltern

WAS EUCH ERWARTET

Euch erwartet neben coolen Trainingsprogrammen mit viel Tor-schuss, Koordination und variantenreichen Spielformen auch Fußballtennis, Elfmeterkönig, Mini WM, Champions-League, Bundesliga und Vieles mehr!
Am Ende der Woche werden altersabhängig Spieler(innen) der Woche mit kleinen Präsenten der MFS ausgezeichnet, welche von uns Trainern nach zwei Kriterien ausgesucht wird:
- Soziale Kompetenz wie Fair-Play, Verhalten in der Gruppe
- Fußballerische Leistung in Abhängigkeit seines Talents

INDOORCAMPS

in Herbst-, Winter-, Fasching- und Osterferien

SPORTZENTRUM MARTINSRIED, Lochhamerstr. 33, 82152 Planegg-Martinsried

SOCCERWORLD MÜNCHEN, Georg-Kainz-Str. 8, 80993 München

Weitere Informationen und die neuen Standorte finden Sie auf unserer Homepage

www.muenchner-fussball-schule.de

CAMPSTANDORTE



OUTDOORCAMPS

in Oster-, Pfingst-, Sommer- und Herbstferien

13 CAMPS	FT MÜNCHEN-GERN, Hanebergstr. 1, 80637 München
9 CAMPS	FC DEISENHOFEN, Am Sportplatz 22, 82041 Oberhaching
6 CAMPS	DJK WÜRMTAL, Georgenstr. 35, 82152 Planegg
6 CAMPS	FC STERN MÜNCHEN 1919, Feldbergstr. 65, 81825 München
5 CAMPS	SC BALDHAM-VATERSTETTEN, Baldhamerstr. 100, 85591 Vaterstetten
4 CAMPS	SV STRAßLACH, Schulstr. 1, 82064 Straßlach
3 CAMPS	ASV DACHAU, Gröbenrieder Str. 21, 85221 Dachau
3 CAMPS	1.SC GRÖBENZELL, Wildmoosstr. 36, 82194 Gröbenzell
3 CAMPS	FC ISMANING, Oskar-Messter-Str. 2, 85737 Ismaning
3 CAMPS	BSC SENDLING, Siegenburgerstr. 51, 81373 München

WEITERE STANDORTE

2 CAMPS	FV RW BIRKENHOF-ESCHENRIED	2 CAMPS	SPVGG FELDMOCHING
2 CAMPS	SV GERMERING	2 CAMPS	ASV GLONN
2 CAMPS	TSV HAAR	2 CAMPS	SV INNING
2 CAMPS	FC SCHWABING	2 CAMPS	SV-DJK TAUFKIRCHEN
2 CAMPS	FC TEUTONIA MÜNCHEN	2 CAMPS	SV MERING
1 CAMP	JFG DREI WAPPEN OBERPFALZ	1 CAMP	FC EINTRACHT MÜNCHEN
1 CAMP	TSV FELDKIRCHEN	1 CAMP	FC FORSTERN
1 CAMP	SF GMUND	1 CAMP	TSV GRÄFELFING
1 CAMP	FC GRÜN-WEIß GRÖBENZELL	1 CAMP	TUS HOLZKIRCHEN
1 CAMP	FC KÖNIGSBRUNN	1 CAMP	SV LOCHHAUSEN
1 CAMP	SV LOHHOF	1 CAMP	FC NEUFABRN
1 CAMP	SV NIEDERROTH	1 CAMP	FC PARSDORF
1 CAMP	TSV PAUNZHAUSEN	1 CAMP	FC PUCHHEIM
1 CAMP	TSV 1847 WEILHEIM	1 CAMP	SV UNTERMENZING
1 CAMP	SV UFFING		

MFS TRAINER



DAVID NIEDERMEIER
Leiter der MFS seit 2002
UEFA-A-Lizenz-Trainer
Diplom Volkswirt



MICHAEL SCHUPPKE
Leiter der MFS seit 2002
UEFA-B-Lizenz-Trainer
Diplom Sportlehrer



GEDIMINAS SUGZDA
Leiter der MFS seit 2008
UEFA-A-Lizenz-Trainer
bis 2008 FS „Kickfabrik“



MATIAS BLASENBREU
In der MFS seit 2004
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportmanager



DOMINIC FAUL
In der MFS seit 2005
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportwissenschaftler



FERDINAND REINHARD
In der MFS seit 2003
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportwissenschaftler



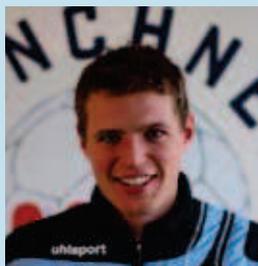
MICHAEL MAGUHN
In der MFS seit 2007
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportwissenschaftler



DAVID DESCHAMPS
In der MFS seit 2007
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportmanager



FELIX HIRSCHNAGL
In der MFS seit 2007
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportmanager



MARKUS WIEDEMANN
In der MFS seit 2008
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportwissenschaftler



Neben den hauptamtlichen Partnern arbeiten auch eine ganze Menge freiberuflicher Übungsleiter für die Münchner Fußball Schule. Über 60 Trainer leiten Fußball-Kindergärten, Fördereinheiten und natürlich unsere Ferienprogramme. Sie sind maßgeblich mit für den Erfolg der MFS verantwortlich.





ANDREAS PRECHTL
In der MFS seit 2013
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Sportlehrer



CHRISTOPHER REITTER
In der MFS seit 2010
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportwissenschaftler



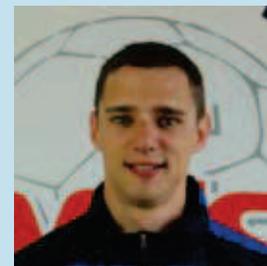
MARTYNAS SUGZDA
In der MFS seit 2010
UEFA-C-Lizenz-Trainer



RUI MENEZES
In der MFS seit 2012
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Diplom Sportmanager



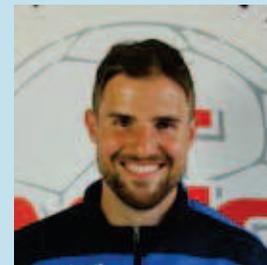
MARC STIEGLER
In der MFS seit 2012
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Biogielaborant



MATE DERDA
In der MFS seit 2011
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Studium Sportwissenschaften



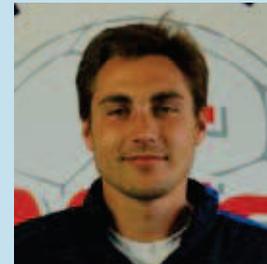
Dr. SALAH GAHLUL
In der MFS seit 2010
UEFA-A-Lizenz-Trainer
Dr. der Sportwissenschaften



ATTILA MOSER
In der MFS seit 2013
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Studium Sportökonomie



NEIL SATTAR
In der MFS seit 2012
UEFA-C-Lizenz-Trainer



MARCO MESIRCA
In der MFS seit 2009
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Master Sportmanagement

Haben Sie Interesse unser Team zu verstärken, dann melden Sie sich doch einfach unter 089/897454510 oder m.blasenbreu@muenchner-fussball-schule.de

PARTNERVEREINE



FT MÜNCHEN-GERN

Partner der MFS seit 2007
Zahlreiche Camps, viele FuKiGa
und Fördertraining Kurse

SC BALDHAM-VATERSTETTEN

Partner der MFS seit 2007
Viele Camps, mehrere Rent-A-Trainer Teams,
FuKiGa und Fördertraining Kurse

DJK WÜRMTAL

Partner der MFS seit 2008
Viele Camps, mehrere Rent-A-Trainer Teams,
FuKiGa und Fördertraining Kurse



SV STRABLACH

ältester Partner der MFS seit 1998
Camps, viele FuKiGa und Fördertraining Kurse

TSV POING

Partner der MFS seit 2008
Camps, FuKiGa, mehrere Rent-A-Trainer Teams



Sollten Sie Interesse an einer Zusammenarbeit mit der Münchner Fussball Schule haben, melden Sie sich bitte bei uns unter 089/89 74 545 10 oder schreiben Sie eine Mail an info@muenchner-fussball-schule.de

Vielen Dank für die tolle
Zusammenarbeit!



FC DEISENHOFEN

Partner der MFS seit 2009
viele Camps, FuKiGa,
Fördertraining

FC NEUFAHRN

Partner der MFS seit 2010
Camps, FuKiGa, Fördertraining

ASV GLONN

Partner der MFS seit 2013
Camps, Rent-A-Trainer, FuKiGa

FC PARSDORF

Partner der MFS seit 2008
Camps, Rent-A-Trainer

SV LOHHOF

Partner der MFS seit 2010
Camps, Fördertraining

FC TEUTONIA MÜNCHEN

Partner der MFS seit 2013
Camps, FuKiGa

FC ISMANING

Partner der MFS seit 2014
Camps, FuKiGa

TSV HAAR

Partner der MFS seit 2010
Camps, Rent-A-Trainer,
Fördertraining

1. SC GRÖBENZELL

Partner der MFS seit 2013
Camps, Rent-A-Trainer, FuKiGa

TUS HOLZKIRCHEN

Partner der MFS seit 2010
Camps, Rent-A-Trainer

JFG LINSEE

Partner der MFS seit 2007
Rent-A-Trainer

FC STERN MÜNCHEN

Partner der MFS seit 2010
Camps

BSC SENDLING

Partner der MFS seit 2013
Camps, FuKiGa

SPVGG FELDMOCHING

Partner der MFS seit 2014
Camps, FuKiGa

FV ROT-WEISS BIRKENHOF

Partner der MFS seit 2013
Camps, Rent-A-Trainer, FuKiGa,
Fördertraining

FC EINTRACHT MÜNCHEN

Partner der MFS seit 2008
Camps, FuKiGa, Fördertraining

TSV SOLLN

Partner der MFS seit 2010
Rent-A-Trainer, FuKiGa

SV INNING

Partner der MFS seit 2010
Camps, Fördertraining

TSV PAUNZHAUSEN

Partner der MFS seit 2010
Camps, Fördertraining

SV-DJK TAUFKIRCHEN

Partner der MFS seit 2013
Camps, Rent-A-Trainer

TSV HERRSCHING

Partner der MFS seit 2014
FuKiGa, Fördertraining

WEITERE PARTNERVEREINE:

ASV DACHAU

Partner der MFS seit 2011

SF FÖCHING

Partner der MFS seit 2012

TSV GRÄFELFING

Partner der MFS seit 2010

FC KÖNIGSBRUNN

Partner der MFS seit 2014

SV NIEDERROTH

Partner der MFS seit 2008

TSV 1847 WEILHEIM

Partner der MFS seit 2004

TSV FELDKIRCHEN

Partner der MFS seit 2008

FC FORSTERN

Partner der MFS seit 2010

VFR GARCHING

Partner der MFS seit 2012

SV LOCHHAUSEN

Partner der MFS seit 2013

FC PUCHHEIM

Partner der MFS seit 2012

SV UFFING

Partner der MFS seit 2013

JFG DREI WAPPEN OBERPFALZ

Partner der MFS seit 2011

SV GERMERING

Partner der MFS seit 2011

FC GRÜN-WEISS GRÖBENZELL

Partner der MFS seit 2013

SV MERING

Partner der MFS seit 2014

FC SCHWABING

Partner der MFS seit 2013

SV UNTERMENZING

Partner der MFS seit 2014

MFS TRIKOTS AUF REISEN

Luca und Christoph unterwegs durch die schönsten Stadien Europas



Zu Gast bei Paris Saint Germain



ArenaA von Ajax Amsterdam



Wembley Fußballmuseum



Berühmtes Wembley Stadion in London

WIR UNTERSTÜTZEN DAS KAP VERDE PROJEKT



Projektleiter Andy Hegedüs von „Escola de Futebol Os Titânios“ auf Kap Verde bei der Spendenübergabe in MFS Büro.

Die „Escola de Futebol Os Titânios“ ist eine Fußballschule, die im August 2012 gegründet worden ist. Das Projekt „Fußballschule“ ist in Calheta auf der Insel Maio, Kap Verde, entstanden und wird von Projektleiter Andy Hegedüs und zwei Grundschullehrern geführt. Unterstützt werden sie von zwei Jugendlichen, die sich als Trainerassistenten engagieren. Neben dem Training gibt es auch administrative Aufgaben wie z.B. die Infrastruktur, die Finanzierung und die Verwaltung der Trainingsmaterialien. Zusätzlich stellen sie für die Kinder durch die Spenden gesammelte Ausrüstung zur Verfügung.

Die Fußballschule bietet den Kindern im Dorf eine strukturierte, sportliche und pädagogisch wertvolle Freizeitbeschäftigung an. Neben den sportlichen Aspekten ist es ihr gemeinsames Ziel, den Kindern wichtige gesellschaftliche Werte auf spielerische Weise zu vermitteln. Eigenschaften wie Teamgeist, Fairplay, Toleranz, Freundschaft, Respekt, Pünktlichkeit, Verantwortung und Selbstwert werden dort geschult und gelebt. Die Kinder haben seit der Entstehung der Fußballschule deutliche Fortschritte in



vielen dieser Bereiche gezeigt. Außerdem lernen sie Tag für Tag, immer schöneren Fußball zu spielen. Die Fußballschule hat bei vielen Kindern ein Gefühl von Gemeinschaft und Zusammenhalt gegeben. Sie lernen sich aneinander zu respektieren und zu schätzen. Dazu tragen maßgeblich die drei 90-minütigen Trainingseinheiten, die pro Woche angeboten werden, bei. Die Schüler der „Escola de Futebol Os Titânios“ sind Kinder von der ersten bis zur vierten Klasse, die allesamt die Grundschule im Dorf besuchen. Die Gruppendynamik unter den Kindern, die zur Fußballschule gehören, begrenzt sich nicht nur auf die Zeit auf dem Fußballplatz, sondern breitet sich in der Schule und sogar im allgemeinen Dorfleben aus.



Das gemeinsame Ziel des Projekts ist, die Fußballschule so auszubauen, dass sie mehr Kinder aufnehmen und mehrere Mannschaften trainieren können. Darüber hinaus bietet sich die Gelegenheit, Jugendlichen, die diese Philosophie verstehen oder kennen lernen wollen, ein Jobangebot als Trainer anzubieten. Insgesamt soll das Projekt auch andere Dörfer motivieren, selbst Fußballschulen zu gründen und Turniere zu organisieren.



Die erste Spende ist schon unterwegs: 26xPaar Turnschuhe, 43xPaar Fußballschuhe, 19xPaar Schienbeinschoner, 104xTrikots, 40xHosen und und... Danke an alle!

Aktivitäten der Fussballschule im Facebook unter:
Escola de Futebol Os Titânios, Calheta, Ilha do Maio

KUNDENUMFRAGE

Bei der Umfrage haben sich über 500 Eltern beteiligt. Vielen Dank dafür! Hier ist der kleiner Auswahl der gestellten Fragen.

1. Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit der MFS?

63,61% sehr zufrieden
29,78% zufrieden

2. Wie sehr verbinden Sie die MFS mit folgenden Begriffen?

	sehr stark	stark
verantwortungsbewusst	44,98%	45,63%
vertrauenswürdig	54,90%	38,13%
kompetent	66,16%	30,57%
zuverlässig	58,82%	35,73%
motivierend	56,09%	36,74%

3. Werden Sie MFS weiterempfehlen?

Ja, habe ich schon 71,97%
Nein 1,43%

4. Was gefällt Ihnen besonders gut an der MFS?

„Mein Sohn kommt immer glücklich und zufrieden Heim, hat super Laune und freut sich, dass er etwas dazu gelernt hat. Für mich steht dies an erster Stelle ;-))“

„Freundlichkeit und Begeisterung der Trainer, Lehrfähigkeit. Mein Kind geht immer sehr gerne zu euch, und lernt dabei auch sehr viel.“

„Kompetente und vorbildhafte Trainer, die authentisch sind und selbst gute Fußballer sind bzw. waren. Für die Kleinen eben Vorbilder sind.“

„Man merkt, daß es hier in erster Linie um das teilnehmende Kind geht.“

„Wie die Philosophie/das Konzept umgesetzt und den Kindern spielerisch vermittelt wird.“

„Fußballkompetenz, Umgang mit Kindern“

PROJEKT TUS HOLZKIRCHEN



Seit dem September 2013 werden alle TuS Holzkirchen Kleinfeldmannschaften und auch die D-Jugend Teams von der MFS betreut. Nach leichten Anlaufschwierigkeiten wird das Projekt sehr positiv angenommen und auch die Entwicklung jedes einzelnen Spielers ist sehr erfreulich. Das MFS Team mit Gedi Sugzda, Rui Menezes, Martynas Sugzda und Jonas Betzler(mittlerweile auf der Sporthochschule Köln) haben bis jetzt sehr viel Arbeit in die Umsetzung der Trainings- und Spielphilosophie investiert. Auch die Organisation hat sehr viel abverlangt. Aber mit der unermüdlicher Unterstützung von den Vorständen der Fußballabteilung Andi Schmidtpeter und Christian Siegwald und auch dem neuen Jugendleiter Klaus Tobis sind die Weichen für die erfolgreiche Zukunft gelegt.

NIGERIAS U20 NATIONALSPIELER ZU GAST BEI MFS



Vier Nigerianische Nationalspieler haben 3 intensive Trainingswochen bei der MFS absolviert. Diese Jungs zu trainieren hat Spaß gemacht. Vielleicht sehen wir mal den einen oder anderen in einer Europäische Liga. Viel Glück!

DIE MFS ZAHLEN UND FAKTEN

Im Jahr 2014 werden über 100 Camps mit über 2.500 Kinder ausgerichtet | Wöchentliche Kurse wie Fußball in der Schule, FuKiGa und Förderkurse werden von über 1.500 Kinder besucht | Ein MFS Lizenztrainer verbringt über 35 Stunden pro Woche auf den Fußballplätzen, dazu kommen noch etliche Bürostunden | 50 Kinder im 5-Tage-Sommercamp trinken ca. 600 Liter Wasser und Isogetränke | MFS-Facebook mit fast 1.000 mal Daumenhoch | @MFSFootball Twitter Follower Anzahl erst bei 70 | MFSFussballtraining.TV bei Youtube hat schon 300 Abonnenten | EINSNULL Ausgabe 08, wurde 4.000 mal gedruckt |

NEUER PARTNER IM RAUM AUGSBURG



Münchner Fussball Schule und Heikomobil kooperieren. Gleiche Ziele, gleiche Philosophie – Die Münchner Fussball Schule und Heiko Plischke's Fußballschule Heikomobil gehen gemeinsame Wege und wollen so in Zukunft noch mehr Kinder mit gutem Fußballtraining begeistern.

CHINESISCHES FERNSEHTeam ZU GAST BEI MFS



Im März 2014 hat ein Chinesisches Fernseheteam im Rahmen der TV Reportage über den deutschen Fußball auch unsere MFS besucht. Wir sagen XIÈXIE!

SOCIAL MEDIA



Liken Sie uns auf **FACEBOOK**
Münchner Fussball Schule



Abonnieren Sie unseren **YOUTUBE**
Channel: MFS Fußballtraining TV



Folgen Sie uns auf **TWITTER**
@MFSFootball

IMPRESSUM

CHEFREDAKTION

Michael Schuppke
m.schuppke@muenchner-fussball-schule.de

REDAKTION

Michael Schuppke, Gedi Sugzda, David Niedermeier,
Günther Farrenkopf

AUTOREN DIESER AUSGABE

Matias Blasenbrey, Felix Hirschnagl, Dominic Faul,
Michael Maguhn, Markus Wiedemann, David De-
champs, Ferdinand Reinhard, Martin Sugzda

KONZEPTION | LAYOUT

Gedi Sugzda
g.sugzda@muenchner-fussball-schule.de

FOTOS

Münchner Fussball Schule

DRUCK

F & W Mediocenter Kienberg

HERAUSGEBER

Münchner Fussball Schule
Lena-Christ-Straße 50
82152 Martinsried
Telefon (089) 89 745 45 10
info@muenchner-fussball-schule.de
www.muenchner-fussball-schule.de

© by Münchner Fussball Schule

Alle Rechte vorbehalten. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial wird keine Haftung übernommen. Vervielfältigung, Speicherung und Nachdruck nur mit Genehmigung des Herausgebers und der Redaktion.

Die im Magazin veröffentlichten Ratschläge wurden mit größter Sorgfalt vom Verfasser und Herausgeber erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Ebenso ist eine Haftung des Verfassers bzw. Herausgebers und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ausgeschlossen.

DIE MFS ZAHLEN UND FAKTEN

MFS wurde im Jahr 1998 von Günther Farrenkopf gegründet | MFS hat im ersten Jahr mit 5 Feriencamps und 350 Kinder in Straßlach angefangen | Bis jetzt wurden mehr als 550 Camps durchgeführt | In diesem Jahr wird die gesamte Teilnehmeranzahl von 20.000 geknackt | Das erste Fördertraining fand im Jahr 2008 bei FT München-Gern statt | Erster Fördertrainingsteilnehmer Lukas Presch spielt zurzeit bei U 16 FC Bayern München | Erster Fußballkindergarten mit den Kleinsten wurde im Jahr 2010 in Kooperation mit DJK Würmtal durchgeführt | Zurzeit haben wir über 500 FuKiGa Teilnehmer wöchentlich |

MÖBEL SOFORT ZUM MITNEHMEN

SOFAS
WOHNWÄNDE
POLSTERMÖBEL
SCHLAFZIMMER
COUCHTISCHE
REGALE, BÜROS
KOMMODEN
U.V.M.



megastore

Heimstettener Str. 10
85599 Parsdorf
Telefon 089-90053-0
www.megastore-möbel.de

ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag bis Freitag
10.00 bis 20.00 Uhr
Samstag 9.30 bis 20.00 Uhr

DER RIESIGE MITNAHMEMARKT
IM EINRICHTUNGSZENTRUM

SEGMÜLLER

Segmüller Einrichtungshaus der Hans Segmüller Polstermöbelfabrik GmbH & Co. KG, Münchner Straße 35, 86316 Friedberg

