

EINSNULL



TOP THEMA:

INTERVIEW: MICHAEL SCHUPPKE (REHA-TRAINER TSV 1860 MÜNCHEN)

EINWURF | AUSBILDUNGSPHILOSOPHIE | MFS FUSSBALLTRAINING.TV
INTERVIEW: 10 FRAGEN AN MIRAÇ KOT | MAEVES TRAUM VON AMERIKA
INTERVIEW MIT FURKAN KOCYIGIT VON U12 KFC UERDINGEN | PARTNERVEREINE
UNSERE PROGRAMME | ALLE STANDORTE | TRAINER | PATENSCHAFT
PROJEKT „DEIN MÜNCHEN“ | PROJEKT „ELLY & STOFFL“ | „1:0 FÜR DEN FUSSBALL“
VORSTELLUNG: U9 TUS HOLZKIRCHEN | DIESES UND JENES |

FEATURE #1

HALB-ASYMMETRISCHES
CUT-AND SEWN LIGA 2.0 DESIGN

FEATURE #2

V-KRAGEN



FEATURE #6

GESTICKTER
UHLSPORT-SCHRIFTZUG

FEATURE #3

GEDRUCKTES UHLSPORT
LOGO AN BEIDEN
ÄRMELN

FEATURE #5

MATERIAL-MIX

FEATURE #4

STUKTURIERTE
EINSÄTZE

uhlsport



LIGA 2.0 TRIKOT

Halb-asymetrisches cut-and sewn LIGA 2.0 Design.

INHALT

- 05 EINWURF
- 09 MFS FUSSBALLTRAINING.TV
- 10 MUENCHNER-FUSSBALL-SCHULE.DE
- 12 MAEVES TRAUM VON AMERIKA
- 13 INTERVIEW MIT FURKAN KOCYIGIT
- 14 INTERVIEW MICHAEL SCHUPPKE
- 16 UNSERE PROGRAMME
- 23 ALLE STANDORTE
- 24 MFS TRAINER
- 26 INTERNE TRAINERFORTBILDUNG
- 28 PARTNERVEREINE
- 30 PATENSCHAFT
- 31 „1:0 FÜR DEN FUSSBALL“
- 32 PROJEKT „DEIN MÜNCHEN“
- 33 PROJEKT „ELLY & STOFFL“
- 34 DIESES UND JENES

06 AUSBILDUNGSPHILOSOPHIE



11 10 FRAGEN AN MIRAÇ KOT



21 U9 TUS HOLZKIRCHEN



31 1:0 FÜR DEN FUSSBALL



MFS DVD PRODUKTION

Alles Wissenswerte rund um den Fußball findet Ihr bei uns
Tricks, Technik, Taktik, Athletik und vieles vieles mehr...
Eine große Hilfe und Unterstützung für alle Trainer und Spieler



Mit dem Start unseres online Streamingportals [MFSFUSSBALLTRAINING.TV](https://www.mfsfussballtraining.tv) gehen wir auch in Sachen DVD Produktion ganz neue Wege. In kompletter Eigenregie produzieren wir DVD Reihen zu den unterschiedlichsten fußballrelevanten Themen. Vom Inhalt, Schnitt, Ton und Layout über Produktion und Vertrieb ist alles made by MFS. Damit garantieren wir höchste Qualität, Nachhaltigkeit und einen top Preis.



Liebe Eltern und Trainer, hallo Kinder!

In der Münchner Fussball Schule haben wir in den letzten Jahren unsere Trainings- und Ausbildungsphilosophie stets verbessert und an die Voraussetzungen des modernen Fußballspiels angepasst. Ein zentraler Bestandteil unseres Trainings waren dabei immer unsere Tricks und Finten, die wir in unseren Förderkursen und Ausbildungsmannschaften trainieren lassen.

Bereits im Fußballkindergarten bringen wir den Fußballzwerge die ersten Tricks bei.

Wir sind überzeugt, dass die Kinder davon später enorm profitieren werden. **Mittlerweile haben wir eine Sammlung von über 100 Tricks, die wir den Kindern beibringen.**

Doch was hat das mit modernem Fußball zu tun? Warum bauen wir Tricks in fast jedes Training ein, auch in ein Koordinations- und Schnelligkeitstraining oder in ein Techniktraining bei Passübungen? **Wieso verfolgen wir in der Ausbildung der Kinder und Jugendlichen eine klare Trickphilosophie?**

Zunächst wollen wir die Leidenschaft der Kinder zum Fußball wecken oder noch vergrößern. Tricks, egal welcher Schwierigkeit, machen den Kindern einfach Spaß. Die Freude daran ist so groß, dass die Tricks dann noch zu Hause weitergeübt werden. Im Garten, auf dem Bolzplatz, im Wohnzimmer gegen den Papa – sie wollen die Finten noch besser beherrschen, wollen sie selbst perfektionieren.

Unser Ziel dabei ist nicht, dass irgendwann ein Spieler über 100 Tricks im Spiel anwenden soll. Das wäre völlig unrealistisch. Jedoch glauben wir, dass jeder Spieler unbedingt ein gewisses Repertoire an Finten und Tricks beherrschen sollte – nur so kann er dauerhaft und erfolgreich im Fußball von heute bestehen.

Im einstudierten Repertoire reichen dann auch 15 bis 20 Tricks und Finten. Kritiker stellen uns oft die Frage, warum die Kinder dann überhaupt all diese Tricks lernen sollten? Reichten denn nicht gleich nur 15 bis 20 Stück?

Klare Antwort: NEIN! Denn all diese Finten machen die Kinder zu besseren Fußballern. Das ständige Üben der Tricks hat einen großen Effekt auf das Ballgefühl. Und wer später einen sauberen Pass über fünf Meter spielen will, braucht davon eine Menge.

Außerdem trainieren wir dadurch verstärkt die koordinativen Fähigkeiten und verbessern die Beweglichkeit und Geschicklichkeit der Kinder – viele Tricks benötigen ein hohes Maß dieser Eigenschaften und erfordern ein perfektes Zusammenspiel unterschiedlicher Muskelgruppen.

Und wir bringen die Kinder im Laufe der Zeit dazu, sämtliche Situationen im Spiel auch technisch lösen zu können – vielleicht der wichtigste Punkt, wenn man heute schon an den leistungsorientierten Fußball von morgen denkt. Ein Bälle wegschlagen unter Druck wird damit auf ein Minimum reduziert, wenn jemand technisch dazu in der Lage ist, einen freien Raum für den nächsten Pass durch einen Trick zu öffnen. Denn genau das tun heute gute Spieler und unterscheiden sich so auf große Weise von Spielern in niedrigeren Klassen.

Wir als Trainer sind also in der Pflicht, unseren Kindern diese Tricks in den ersten Ausbildungsjahren beizubringen. Und wir sollten keine Angst vor schweren Finten haben. In unserem Portal MFSFussballtraining.TV haben wir alle Tricks aus unserem Training in Form von Lehrvideos online gestellt. Und wir haben Sie nach Schwierigkeitsgrad geordnet. Fangen Sie also mit dem einfachsten an und steigern Sie sich Stück für Stück nach ganz oben. Auch wir in der Münchner Fussball Schule üben einen Trick erstmal zu Hause ein, bevor wir ihn den Kindern zeigen. Sobald wir den Trick einigermaßen sauber zeigen können, wird er ins Training eingebaut. Und es ist immer mindestens ein Kind dabei, das ihn relativ schnell perfekt beherrscht. Und damit haben Sie, als Trainer, Ihr Muster, um es den anderen Kindern immer wieder zu demonstrieren.

Sie werden sehen, mit wie viel Spaß und Begeisterung die Kinder beim Training sind. Und es wird sich auch positiv auf die Technik und die Koordination Ihrer Spieler auswirken und am Ende auch auf die Qualität des Spiels am Wochenende.

Sie machen aus den Kindern einfach gute Fußballer! Und genau das ist unsere Aufgabe...

**Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen
Ihr Michael Schuppke**

AUSBILDUNGSPHILOSOPHIE UND LEIDENSCHAFT



**Schnell im Kopf und in den Füßen - Warum der
Fußball ein ganzheitliches Schnelligkeits- und
Koordinationstraining erfordert**



Das Training der Schnelligkeit und Koordination ist für Fußballer von zentraler Bedeutung.

Die Schnelligkeit im modernen Fußball hat in den letzten Jahren einen immer größeren Stellenwert eingenommen. Wer dachte, dass es mit flinken Angreifern oder Flügelspielern getan ist, hat sich geirrt. Um mit den durchweg schnellen Flügelspielern mithalten zu können, braucht eine gute Mannschaft heute auch schnelle Außenverteidiger. Die Innenverteidiger sollten im Idealfall nicht nur groß sein, sondern auch gegen die schnellen Dribbler im Zentrum bestens vorbereitet sein. Aus demselben Grund müssen die Sechser ebenso über sehr schnelle Beine verfügen wie der 10er, der sich gegen die immer besser organisierten Defensivteile einer Mannschaft auch mal mit einem schnellen Antritt den nötigen freien Raum verschaffen muss. Kurzum: Schnelligkeit braucht man heutzutage auf jeder Position. Sogar als Torwart, der immer öfter zum Sprint ansetzen muss, wenn der Gegner einen langen Ball hinter die aufgerückte Viererkette spielt und der Torwart den Ball ablaufen muss.

Nun eine schlechte Nachricht: Die Grundschnelligkeit ist jedem von uns angeboren.

Sie wird vom Verhältnis der weißen (schnellen) und roten (langsamen) Muskelfasern im Körper bestimmt. Während sich der Anteil der roten Muskulatur durch Training erhöhen lässt, ist eine Umwandlung von roter zu weißer Muskulatur kaum möglich. Mit anderen Worten: Wir können aus einem – von Natur aus – langsamen Spieler keine Rakete machen.

Die gute Nachricht lautet jedoch: Schnelligkeit ist im Fußball sehr viel mehr, als nur die Fähigkeit auf einer Linie in kürzest möglicher Zeit von A nach B zu gelangen.

Fußballer müssen auf dem Platz binnen Sekunden auf – meist optische – Signale reagieren können. Sie müssen über einen explosiven Antritt verfügen. Sie müssen innerhalb kurzer Zeit maximale Geschwindigkeit realisieren

können. Sie müssen ihre Höchstgeschwindigkeit wieder und wieder über einen längeren Zeitraum abrufen können und – besonders wichtig – sie müssen ihre Geschwindigkeit auch am und mit dem Ball umsetzen können. Geschwindigkeit ohne Ball ist im Fußball relativ nutzlos. Ansonsten hätte Manchester United sicher sofort dem Wunsch Usain Bolts entsprochen, der vor Jahren äußerte, es gerne mal beim englischen Rekordchampion als Fußballer zu versuchen.

Das Thema Schnelligkeit ist im Fußball eng mit den Themen Technik und Koordination verbunden. Je schneller ein Spieler ist, desto besser und vielseitiger ausgeprägt muss seine Technik sein. Einen Ball im Vollsprint anzunehmen ist nun einmal ungleich schwerer als im Stand oder aus einer langsamen Bewegung heraus. Sprints im Fußball sind außerdem selten gradlinig, sondern geprägt von Richtungsänderungen, Wenden, Abbremsen, erneutem Beschleunigen oder von Zweikämpfen. Das erfordert außerordentliche koordinative Fähigkeiten. Zumal wenn auch dabei der Ball mit im Spiel ist.

Indem ein Spieler, der von der angeborenen Grundschnelligkeit eher langsam ist, konsequent an seiner Explosivität, seinem Antritt, seinem Reaktionsvermögen und an seiner Technik arbeitet, kann er seinen Schnelligkeitsnachteil zumindest ein wenig wettmachen.

Und genau das versuchen wir in der Münchner Fußball Schule in unserem Training zu erreichen.

Schnelligkeitstraining ist durch den hohen Anteil an Koordinationselementen wie Stangensprünge, Skippings, Tapschritte oder Prellhopsperläufe ständiger Bestandteil unseres Trainings.

Bereits bei Kindern ab sechs Jahren lässt sich beispielsweise die Reaktionsschnelligkeit wunderbar entwickeln. Die Frequenzschnelligkeit, also die Fähigkeit möglichst



hoch getaktete Bewegungen am Stück absolvieren zu können, ist bei Kindern ab sechs Jahren ebenfalls bereits vorhanden. Immer aufwendiger werdende Schritt- und Sprungfolgen durch eine Koordinationsleiter oder kleine Hürden verlangen den Kindern alles ab, bringen jedoch sehr viel. Im Bereich Koordination erzielen Kinder in jungen Jahren die größten Lernzuwächse. Gut für uns, denn je besser die Koordination eines Kindes wird, desto schneller werden all seine Aktionen am Ball, also Ballan- und -mitnahmen, Wenden, das Eindrehen und das Zurückziehen verbessert. Die Bewegungen der Kinder werden insgesamt flüssiger und geschmeidiger, wodurch sie gegenüber koordinativ weniger gut trainierten Kindern in jeder Aktion mit Ball wertvolle Sekunden Vorsprung gewinnen können. Je größer die koordinativen Fähigkeiten eines Kindes entwickelt sind, desto weniger Geschwindigkeit wird es zudem verlieren, wenn es später durch Wachstumsprozesse körperlich aus der Bahn gerät, da sich vielleicht Beine, Rumpf und Arme unterschiedlich entwickelt haben und sich der Körperschwerpunkt ungünstig verschoben hat.

Auch der Wille, mit und ohne Ball höchste Geschwindigkeit zu gehen, lässt sich bereits von klein auf schulen.

Hier ist der Trainer gefordert, der seine Kinder gerade bei Schnelligkeitsübungen immer wieder anfeuern muss, alles aus sich herauszuholen. Wettbewerbe unterstützen auch hier die Motivation der Kinder. Treten zwei Gruppen gegeneinander an, erhält stets diejenige Gruppe einen Punkt, deren Ball als erstes im Tor landet. Kitzeln wir als Trainer die Höchstgeschwindigkeit nicht aus den Kindern heraus, werden sie mit der Zeit insgesamt langsamer selbst, wenn sie toptif sind. Der Körper merkt sich nämlich das

niedrigere Schnelligkeitsniveau und speichert es ab. Wenn wir Schnelligkeit trainieren, müssen wir daher immer versuchen bis an die Grenze zu gehen.

Das Schnelligkeitstraining ab dem frühen Alter wird nicht dazu führen, dass Sechsjährige in einem 20-Meter-Sprint eine Sekunde gewinnen.

Solche Effekte werden Sie frühestens bei Neunjährigen erleben. Die normale körperliche Entwicklung macht uns diesbezüglich in den ganz frühen Fußballerjahren einen Strich durch die Rechnung. Das Schnelligkeitstraining in jungen Jahren führt jedoch dazu, dass sich die gesamte Dynamik der Kinder verbessert, ebenso ihre Körperspannung. Die Muskulatur der Kinder reagiert beispielsweise extrem gut auf Reaktivsprünge, also zum Beispiel Sprünge von einem Hocker auf einen anderen mit einer maximal kurzen Bodenkontaktzeit. Die Schnellkraft der Kinder wird dadurch enorm erhöht.

Großen Einfluss auf die Schnelligkeit eines Spielers hat auch sein Reaktionsvermögen.

Je schneller ein Spieler eine Situation auf dem Platz erfassen kann und eine bestimmte Lösung parat hat, also eine Bewegung abrufen kann, desto dominanter ist sein Spiel. Auch das Reaktionsvermögen lässt sich trainieren. In jede Übung, in der die Kinder beispielsweise vor einem Torabschluss einen Trick machen, können Sie ganz leicht ein Reaktionstraining einbauen. Vereinbaren Sie mit den Kindern dafür zwei Tricks, beispielsweise einen Übersteiger und eine Schussfinte und weisen Sie jedem Trick die Farbe eines Leibchens zu. Die Kinder können die Übung nun nicht mehr nur nach Schema F durchlaufen. Sie lernen quasi nicht mehr nur auswendig. Sie müssen wachsam sein, damit sie innerhalb der Übung auf Ihr Signal reagieren können, um den entsprechenden Trick auszuführen, je nachdem, welches Leibchen Sie als Trainer vor dem Torabschluss in die Höhe halten. Gerade am Anfang ist das eine extrem anspruchsvolle Aufgabe für die Kinder. Ein solches Reaktionstraining macht daher nur Sinn, wenn die technischen Elemente bereits richtig gut sitzen und die Kinder von der Ballkontrolle nicht beansprucht und abgelenkt werden. Statt eines Tricks können sie von den Kindern auch eine unterschiedliche Schusstechnik oder eine Koordinationsaufgabe einfordern (z.B. Sidesteps und Tapschritte), je nachdem, wo Sie gerade in Ihrem Training stehen.

Handlungsschnelligkeit, ebenfalls eine wichtige Fähigkeit für einen Fußballer,

fördern Sie beispielsweise, indem Sie die Kinder nach einer Ballannahme „zwingen“ innerhalb von drei Sekunden den Torabschluss zu suchen. Sobald das Kind den Ball angenommen hat, zählen Sie laut herunter „Drei ... Zwei ... Eins ... Schuss“. Einen solchen Countdown können die Kinder als Zielvorgabe sehr viel besser verarbeiten, als die bloße Ansage nach der Ballannahme so schnell wie möglich abzuschließen. Auch hier gilt: Wenn Sie Handlungsschnelligkeit trainieren, sollten Sie das nur mit technischen Elementen machen, die die Kinder beherrschen. Ein gerade erst einstudierter Trick oder eine gerade erst gelernte Ballmitnahme eignet sich fürs Schnelligkeitstraining nicht, da die Kinder noch viel zu sehr mit der Technik beschäftigt sind.

MFS Fussballtraining.TV

JETZT NEU
TRAININGSPLÄNE
AUCH ZUM
AUSDRUCKEN

MFS FUSSBALL
TRAINING TV

VIDEOS TRAININGSPLAN BLOG SO FUNKTIONIERT'S Login

Das Portal empfehlen

Ottmar Hitzfeld

Tim Lobinger

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"
Deine Trainer >

EIGENE & GANZHEITLICHE AUSBILDUNGSPHILOSOPHIE

TECHNIK, TRICKS, TAKTIK UND ATHLETIK

DAS Videoportal für Trainer und Spieler. Mit fast 1000 Trainingsvideos für alle Alters- und Spielklassen. Immer verfügbar, top aktuell und jederzeit kündbar.

Das Videoangebot wird ständig erweitert. Jede Woche werden neue Videos online gestellt.

Abwechslung, Spaß und jede Menge Know-How finden sich hier. Das bestätigen auch Ottmar Hitzfeld und Tim Lobinger, Athletiktrainer von RB Leipzig, und empfehlen MFSFussballtraining.TV als optimale Trainerunterstützung.

Egal ob Passübungen, Technikaufgaben, Kräftigungseinheiten oder Taktiktraining - hier findet sich wirklich alles,

um Fußballer bestmöglich auszubilden. Aus über 20 Kategorien lassen sich mit Hilfe der einzigartigen Trainingsplan-Funktion die einzelnen Videos zu Trainingseinheiten gestalten, archivieren und als PDF ausdrucken.

Die Experten von MFSFussballtraining.TV setzen dabei auf eine eigene und ganzheitliche Ausbildungsphilosophie. Einzigartig in Deutschland!

MFSFussballtraining.TV - Gemeinsam verbessern wir das Spiel





WILLKOMMEN AUF UNSERER HOMEPAGE

Mit unserer neuen Website haben wir offensichtlich den Geschmack unserer Kunden getroffen. Zumindest hat es sich weltweit herum gesprochen, dass sich ein Besuch auf www.muenchner-fussball-schule.de lohnt.

Unsere beliebteste Seite ist „Feriencamps“ mit 43.000 Klicks/Jahr

Hauptzielgruppe 35-44 Jährige, davon 54,5 % männlich und 45,5% weiblich

Website-Besuchernationen Top10:

Deutschland, Russland, Österreich, USA, Schweiz, England, Italien, Spanien, Brasilien, Griechenland

Exoten:

Costa Rica 3 Klicks, Haiti 2 Klicks, Madagascar 1 Klick.

Daten für den Zeitraum 21.07.2015-21.07.2016

1 175.474

Feriencamps

Ferienoutdoorcamps
Für 6 bis 12-Jährige

Ferienindoorcamps
Für 6 bis 12-Jährige

Anmeldung Ferienoutdoorcamps

07.09.2015 - 11.09.2015

Bezahlung von: 9,90 - 19,90 Euro | Mittagsessen & isotonische Getränke | Preis: 199,00 Euro

Teilnehmer: Lisa-Olivera Geddes-Siggia | Preis: 199,00 Euro

1. Angaben zum Kind

Geeschlecht: weiblich männlich | Geburtstag: 1 - 2015

Vorname: | Nachname: | Wohnort (Straße, Hausnummer):

Telefon-Nummer: | Mehr im Verein? Ja Nein | Trainingszeiten (Tage): Tu Di Mi Do Fr Sa So

WICHTIG

Jobs

Trainertätigkeit bei der MFS

Wir sind ständig auf der Suche nach qualifizierten Fußballtrainern und Trainereisen, die Lust haben, in unserem Team mitzuarbeiten.

Folgendes sollten Sie mitbringen:

- ☑ Sie arbeiten gerne mit Kindern und Eltern gut mit Eltern kommunizieren?
- ☑ Sie sind selbst fussballbegeistert und spielen eventuel in einem Verein?
- ☑ Sie haben an einigen Nachmittagen in der Woche Zeit und sind mobil?
- ☑ Sie können sich mit unserer besonderen Philosophie identifizieren und möchten diese gerne an

10 FRAGEN AN MIRAÇ KOT



Miraç (7) ist seit einem Jahr in der MFS. Er spielt in der U9- Ausbildungsmannschaft des SC Amicitia.

Auf welche Bereiche legt dein Trainer Ferdinand Reinhard besonders viel Wert?

Unser Trainer möchte beim Abschlusspiel immer viele Tricks sehen. Wir dürfen alles ausprobieren, auch wenn es mal nicht klappt.

Hast du einen Lieblingstrick? Welche Tricks benutzt du gerne im Spiel?

Am liebsten mag ich den Ronaldo-Trick und die Didane-Wende. **Hast du eine Lieblingsposition?** Ich spiele am liebsten als mittlerer Ballverteiler.

Wie oft trainierst du pro Woche?

Seit ich in der Projektmannschaft spiele, trainiere ich dreimal pro Woche.

Wer ist aktuell dein Lieblingsspieler?

Christiano Ronaldo.

Dein Lieblingsverein heißt...?

Fenerbahce Istanbul.

Was zeichnet deiner Meinung nach einen Spitzenfußballer aus?

Das Wichtigste ist, fleißig zu trainieren. So kann man seine Ziele am besten erreichen.

Was ist dein größter Traum als Fußballspieler?

Ich möchte irgendwann mal erfolgreich in der Bundesliga spielen.

Vielen Dank für das Interview und viel Erfolg, lieber Miraç!

Wie genau bist du zur MFS gekommen?

Ich habe 2015 schon mal an einem Feriencamp teilgenommen. Die Tricks und die verschiedenen Torschußübungen haben mir am meisten gefallen. Das Training war ganz anders als ich es bisher kannte. Als ich erfahren habe, dass es eine neue Projektmannschaft für meinen Jahrgang gibt, wollte ich sofort dabei sein.

Was macht dir am Training am meisten Spaß?

Die verschiedenen Tricks zu üben macht großen Spaß. Am meisten freue ich mich immer auf das Abschlusspiel.



**Demnächst im SHOP
bei
MFSFussballtraining.TV**

Maeves Traum von Amerika



Technisch brillant und mit Angriffsmentalität – um Maeve Burger rissen sich die amerikanischen Unis.

Foto und Bericht: Michèle Kirner

Mit Talent, Ehrgeiz und ganz viel Fleiß spielte sich Maeve Burger aus Weßling zum Stipendium an einer amerikanischen Uni und kickt bald für Indianapolis in der ersten Liga im Frauenfußball.

Maeve Burger liegt die Welt zu Füßen. Zumindest die amerikanische Fußballwelt: Die Abiturientin überzeugte im Februar bei einer Sichtung in Leipzig mehrere amerikanische Universitäten von ihren fußballerischen Fähigkeiten. Jetzt erhält sie ein Stipendium bei der Butler University in Indianapolis und kickt ab der nächsten Saison in der amerikanischen ersten Liga. Sie beeindruckte durch eine „unique blend of attacking mentality and technical acumen“, übersetzt also einer „einmaligen Mischung aus Angriffsmentalität und technischem Scharfsinn“, beschreibt die Universität auf ihrer Homepage den Neuzugang. Mit sechs Jahren stand die Weßlingerin zum ersten Mal auf dem Fußballfeld. Ansporn war damals der ältere Bruder Colin, der leidenschaftlich den Ball übers Feld führte.

„Bald konnte ich mir nichts anderes als Fußballspielen vorstellen“, erinnert sich die 19-Jährige. Und das ist bis heute so geblieben.

Nach dem SC Weßling trat sie der Mädchenmannschaft des TSV Gilching bei, kehrte in der C-Jugend in die Bubenmannschaft der Weßlinger zurück. „Ich suchte eine Herausforderung“, begründet sie die Entscheidung. Unter den männlichen Kickern wurde körperlicher gekämpft. Rücksicht auf weibliche Befindlichkeiten nahm da keiner. Das war gut so, sagt sie.

Kurz darauf machte sie eine weitere ehrgeizige Entscheidung und spielte drei Jahre lang im zentralen Mittelfeld des Jungs-Teams der Münchner Fußballschule (MFS) unter dem Dach des DJK Würmtal. „In der MFS habe ich die Technik und Taktik gelernt.“ Fähigkeiten, die ihr bei der Sichtung von 22 Hochschulen die Zusage von 14 Universitäten einbrachten. Eindruck hatte aber auch ihr offensichtlicher Ehrgeiz hinterlassen. „Während einige der Mitspielerinnen sich vor dem Sichtungstraining erst warmredeten, machte sie Aufwärmübungen“, berichtet Mutter Liz. Maeve Burger hat sich nie alleine auf ihr Talent verlassen. Wenn ihre Freunde feierten, trainierte sie oder ging früh nach Hause, um für das Spiel ausgeschlafen und fit zu sein.

Als sie vor zwei Jahren ins zentrale Mittelfeld zu den Drittliga-Damen des FFC Wacker München wechselte, half die Erfahrung im Männerfußball. Selbstbewusst ging sie in Laufduelle und stellte sich dem Zweikampf, blickt sie zurück.

Zusätzlich zu den drei Vereinstrainings in der Woche schob sie noch ein bis zwei Extra-Einheiten bei der MFS ein. Und nach ihrer Bewerbung auf der Seite www.sport-scholarships.com für ein Stipendium, hatte der Zufall seine Finger im Spiel. „Ich war eigentlich für Unis vorgesehen, die in der zweiten oder dritten Liga spielen.“ Dann aber kam ein Coach der Butler University zum Trainingsspiel der Wacker-Damen. Im Fokus stand eigentlich eine andere Spielerin – die Aufmerksamkeit zog aber Burger auf sich.

Nach der Sichtung flog sie für ein paar Tage nach Indianapolis, am Wochenende unterschrieb sie den Vertrag. Und bei der Wahl der Uni legte erneut ihr sportlicher Ehrgeiz die Marschrichtung fest: Sie zog den Bundesstaat in der Mitte der USA einem Studium im sonnigen Florida vor. „Die Uni hat die besten Rankings“, argumentiert sie nüchtern.

Im Übrigen gefiel ihr das Training: Zwei Mal täglich plus Spiele am Wochenende. Diesen vielversprechenden Ausgang hätte sie sich vor einem Jahr noch nicht vorstellen können, gesteht sie. Für die Fußballerin beginnt Anfang Juli ein neuer Lebensabschnitt. Im „Butler Bulldog women’s soccer“ und im Land der unbegrenzten Möglichkeiten. Mit Englisch dürfte sie keine Probleme haben: Dank der irischen Mutter wuchs sie zweisprachig auf.

INTERVIEW MIT FURKAN KOÇYIGIT

(U12 KFC UERDINGEN 05)

Gutes Training spricht sich rum - bis nach Nordrhein-Westfalen!

Furkan Koçyigit kam extra aus Duisburg zu uns nach München um bei einem Powertraining der MFS dabei zu sein



Furkan, Du bist zusammen mit deinem Papa über 600 Kilometer gefahren, um an Einzel- und Powertrainings der Münchner Fußball Schule teilzunehmen. Warum hast Du diesen weiten Weg auf Dich genommen?

Ich habe David Niedermeier und Michi Schuppke schon als 6-jähriger beim Üben mit den DVDs kennengelernt. Seitdem wollte ich die Beiden unbedingt einmal live sehen und mit ihnen trainieren.

Mein Vater hat mir versprochen, wenn ich alle Tricks kann, würde er mich da hinbringen. Ich habe mir die größte Mühe gegeben und versucht, fast alle Tricks so gut wie möglich zu erlernen.

Es war eine große Ehre für mich, am Einzel- und Powertraining der Münchner Fußball Schule teilzunehmen. Für mich gibt es keine bessere Fußballschule als die MFS.

Und, hat sich der Weg gelohnt?

Die Teilnahme hat sich für mich sehr gelohnt, ich konnte beim Training meine Fehler korrigieren.

Was hat Dir am meisten Spaß gemacht beim MFS-Training?

Mir hat alles großen Spaß gemacht, besonders das Einzeltraining, da konnte ich meine erlernten Tricks noch verbessern.

Furkan hat mit 5 Jahren angefangen, auf dem Bolzplatz zu kicken und bald spielte er in verschiedenen Vereinen rund um Duisburg, beim TV Asberg und SV Wanheim. Aktuell spielt er beim KFC Uerdingen 05 in der U 12.

Als Furkan 6 Jahre alt war, schenkte sein Papa ihm die Trick-DVD der MFS. Heute trainiert er mit seinem Vater ein bis zweimal pro Woche nach den Videos im Portal www.mfsfussballtraining.tv.

Zusätzlich besucht Furkan seit er 6 Jahre alt ist die Fußballschule Niederrhein Soccer.

Hast Du einen Lieblingstrick?

Zelo Berto, Christiano Konter.

Was von dem Erlernten benutzt Du noch heute im Spiel oder im Training?

Übersteiger, Zinedine Zidane, Kreuzübersteiger, Übersteigerfinte, Ziehen Zurück Ziehen Fußwechsel, Sohlenwende, Schussfinte, Dropkick-Annahmen, Abkappen, Zizanewende, Diberywende, Flick Flack, Kristianoflanke, Kristianowende im Lauf, Abkappen Fußwechsel, Sohlenwende Kapfen, Kristiano.

Wie bist Du überhaupt auf die MFS aufmerksam geworden?

Über YouTube.

Du spielst in der U12 beim KFC Uerdingen. Wie läuft`s da für Dich?

Beim KFC Uerdingen 05 verlief meine letzte Saison sehr spannend. Inzwischen habe ich auch ein Angebot einer besseren Mannschaft bekommen und werde wahrscheinlich nächste Saison den Verein wechseln.

Hast Du ein Vorbild im Fußball und warum?

Mein Vorbild ist Christiano Ronaldo. Er kann mehrere Trickse hintereinander kombinieren und er macht sämtliche Tricks im Spiel. Außerdem finde ich gut an ihm, dass er sehr kinderfreundlich ist und kranken und armen Menschen hilft.

Dein Lieblingsverein?

Galatasaray Istanbul.

Vielen Dank für das Interview und viel Erfolg, lieber Furkan! Sei weiter so fleißig, Du bist auf einem super Weg.



Michael Schuppke ist Reha-Trainer beim TSV 1860 München

EINSNULL: Seit wann bist du Reha-Trainer bei TSV 1860 München?

Michi Schuppke: Ich bin seit dem 1. Februar 2015 bei den Löwen und bin dort hauptsächlich zuständig für die Teams der U17, U19 und U21.

EINSNULL: Wie kam es dazu?

Michi Schuppke: Es hat mich schon immer gereizt, in einem Lizenzverein zu arbeiten und dort mein Wissen und meine Erfahrung über Athletik, Prävention und Rehabilitation weiterzugeben. Mit Spielern zu arbeiten, die schon relativ weit gekommen sind und die sich nun fest in den Kopf gesetzt haben, Profi zu werden. Um die Spieler dafür

wieder fit zu machen oder eben noch ein paar Prozent mehr rauszuholen, das finde ich eine spannende Aufgabe. Als ich gehört habe, dass die Löwen genau so etwas suchen, habe ich mich sofort beworben und bin genommen worden.

EINSNULL: Wie kriegst Du das mit Deiner Arbeit bei der MFS unter einen Hut?

Michi Schuppke: Das geht sehr gut. Vormittags bin ich wie bisher bei uns in der MFS im Büro. Und nachmittags bin ich dann dreimal pro Woche bei den Löwen und kümmere mich um die Spieler dort. An den anderen beiden Nachmittagen bin ich natürlich für die MFS im Einsatz.



EINSNULL: Was genau machst Du als Reha-Trainer?

Michi Schuppke: Grundsätzlich kann man sagen, dass ich die Spieler nach überstandener Physiotherapie wieder so fit mache, dass sie nahtlos in das Mannschaftstraining einsteigen können. Der Spieler muss auf die Belastungen des Trainings und zum Teil auch des Spiels so vorbereitet werden, dass der Trainer einen Spieler vor sich hat, der gesund und fit ist und er auf nichts Rücksicht nehmen muss, also auch nicht auf intensive Spielformen oder Zweikampfübungen. Was natürlich dann noch Zeit braucht, ist die Ausdauer und Kraft für das Spiel am Wochenende. Der Spieler muss dann schrittweise durch den Trainer wieder herangeführt werden: Erstmal spielt er nur 20 Minuten und die auch nur am Ende des Spiels. Die Woche darauf dann 30 Minuten in der zweiten Halbzeit, dann vielleicht schon eine ganze zweite Halbzeit. Dann darf er von Beginn an spielen, aber auch nur wieder 30 Minuten usw. Denn das Reha-training kann noch so gut sein – es kann die fußballspezifische Ausdauer, die sich der Spieler über die Spiele holt, nicht ersetzen. Diese Heranführung an die volle Spieldauer stimme ich natürlich auch mit dem Trainer ab, hier findet nach der Reha ein regelmäßiger Austausch mit Spieler und Trainer statt.

EINSNULL: Welche Verletzungen sind häufig?

Sehr häufig habe ich mit klassischen Verletzungen wie Muskelzerrungen oder Faserrissen sowie Sprung- und Kniegelenksverletzungen zu tun. Und hier kommen am meisten Verletzungen wie Muskelzerrungen oder Faserrissen sowie Sprung- und Kniegelenksverletzungen zu tun. Und hier kommen am meisten Verletzungen an den Bändern vor. Auffällig dabei ist, dass nicht nur relativ viele Spieler pro Mannschaft pro Saison verletzt sind - 3 bis 5 Spieler zeitgleich pro Mannschaft ist keine Seltenheit - sondern dass fast 90 Prozent all dieser Verletzungen ohne Gegnerkontakt passieren.

EINSNULL: Wie läßt sich das erklären?

Michi Schuppke: Das lässt sich gut erklären mit der modernen Spielweise. Stichwort Tempofußball, schnelles Umschalten etc... Das erfordert einfach mehr Sprints, mehr Richtungswechsel, mehr Abstoppbewegungen, mehr schnelle Drehungen als früher.

Der Körper des Spielers und hier vor allem die unteren Extremitäten werden heute viel mehr und intensiver belastet als noch vor ein paar Jahren. Man hat heute mehr enge Spielsituationen, da knicken die Spieler vermehrt um oder verdrehen sich das Knie nach einer schnellen Drehung mit anschließender eigener Grätsche nach dem Ball. Schon Spieler in der U15 haben heute einfach viel größere Wiederholungszahlen hinsichtlich athletischer und technischer Belastung.

EINSNULL: Das muss ziemlich frustrierend sein für die jungen Spieler. Mit solch Verletzungen legt der Spieler ja praktisch seine vollständige Genesung und vielleicht auch ein bisschen seine fußballerische Zukunft in Deine Hände – ohne Vertrauen geht das nicht, oder?

Michi Schuppke: Ältere Spieler sind da anfangs ein wenig ruhiger, manchmal vielleicht auch ein wenig skeptisch. Ist ja auch verständlich. Das Eis bricht aber immer sehr schnell, weil die Spieler merken, das Training tut ihnen gut und es geht aufwärts. Und gerade bei langwierigen Heilungsprozessen wie Schambein, Kreuzband oder schweren Sprunggelenksverletzungen sind die Spieler ja lange bei mir. Das geht dann schon mal über zwei oder drei Monate.

EINSNULL: Deine Arbeit und Deine Qualität hat sich bei den Löwen rumgesprochen? U19 Spieler kommen jetzt auch mal zu Dir ins Individualtraining?

Michi Schuppke: Das ist richtig. Ein U19 Spieler meinte nach beendeter dreimonatiger Reha, als er wieder am Mannschaftstraining teilnehmen durfte, er fühle sich besser und fitter als vor der Verletzung. Das ist natürlich klasse und ist ein Lob, das mich sehr freut. Auch U21 Spieler fragen mich hierfür mittlerweile an. Ich achte darauf, dass mein Training dann mit der Belastungsstruktur der Mannschaft zusammenpasst. Naja, und dann geht's halt nach der Reha mit mir als Individualtrainer weiter und wir arbeiten hauptsächlich an den Schwächen im athletischen Bereich.

EINSNULL: Danke für das Interview und weiterhin alles Gute für Deine verantwortungsvolle Aufgabe bei den Löwen.

UNSERE PROGRAMME



PROGRAMME	ALTER	INFOS
Fußballcamp	6 - 12 Jahre	Seite 17
Fußballkindergarten	4 - 6 Jahre	Seite 18
Fördertraining	7 - 16 Jahre	Seite 18
Powerday / Powertraining	10 - 16 Jahre	Seite 18
Einzeltraining	ab 6 Jahre	Seite 19
Schnelligkeitstraining	6 - 16 Jahre	Seite 19
Athletiktraining	7 - 16 Jahre	Seite 19
Fußball in der Schule	6 - 12 Jahre	Seite 19
Torwartcamp	7 - 12 Jahre	Seite 20
Torwarttraining	7 - 15 Jahre	Seite 20
Rent-A-Trainer	Alle Mannschaften	Seite 20/21
Personal Training	Alle	Seite 22
Trainerausbildung	Alle	Seite 22
Trainingslager	Alle	Seite 22
Fußball-Kindergeburtstag	5 - 15 Jahre	Seite 22

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

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, Trick-DVD, Trikot, Cappy, Hipster Bag, Trinkflasche und Urkunde

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	Ende des Camptags

WAS EUCH ERWARTET

Neben coolen Trainingsprogrammen mit viel Tor-schuss, Koordination und variantenreichen Spiel-formen erwartet Euch auch Fußballtennis, Elfmeter-könig, Mini-WM, Champions League, Bundesliga und vieles mehr!

Am Ende der Woche werden alle Spieler(innen) mit kleinen Präsenten der MFS ausgezeichnet.

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

FUSSBALLKINDERGARTEN

Fußball mit den Kleinsten...



Der Fußball-Kindergarten ist ein fester Bestandteil unseres vielfältigen Angebots. Bei den 4 bis 6-jährigen haben wir einen enormen Zulauf und stetig wachsende Teilnehmerzahlen. 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 auf dem möglichst vielfältigen Erwerb an Bewegungserfahrung und sehr vereinfachten fußballspezifischen Bewegungsformen. Alle Inhalte werden mit Ball durchgeführt und kleine Fang- und Abenteuerspiele runden die Einheiten ab.

POWERTRAINING

Intensives 2 Stunden Powertraining



Spieler und Teilnehmer unserer Förderprogramme zugeschnittenes Intensivtraining in den Ferien. Die Einheiten finden täglich von 10:00 – 12:00 Uhr statt und können einzeln gebucht werden. Besondere Schwerpunkte sind:

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

FÖRDERTRAINING

Vereinsergänzendes Training in kleinen Gruppen



Die Münchner Fußball Schule bietet ein vereinsunabhängiges Fördertraining in München und Umgebung an. Jedes Kind kann an den Förderprogrammen teilnehmen. Kinder, Jugendliche als auch Vereine profitieren von der individuellen Schulung der fußballerischen Fähigkeiten. Im Fokus steht die Weiterentwicklung von technischen, koordinativen und taktischen Elementen. Spaß und Freude am Fußball stehen bei uns an erster Stelle. Wir verbinden Finten und Koordination primär mit Torschuss und Wettkampf. Konditionelle Elemente wie Schnelligkeit, Stabilisation und Beweglichkeit werden in Kombination mit fußballerischen Inhalten mittrainiert.

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!

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

FUSSBALL IN DER SCHULE

Endlich Bewegung nach langem Sitzen



Die MFS veranstaltet in Kooperation mit Grundschulen in und um München ein Fußballprogramm. Die Kinder können sich nach langem Sitzen in der Schule endlich ausleben. Durch eine gezielte Schulung der koordinativen Fähigkeiten durch den Fußballsport werden besonders Haltungs- und Muskelschwächen vorgebeugt oder abgebaut. Wir legen gerade in unseren Schulprogrammen den Schwerpunkt auf das „Bewegen Lernen“. In den letzten Jahren wurden immer mehr Sportstunden gestrichen. Wir wollen mit unserem Programm diese Lücke in der körperlichen Ausbildung der Kinder schließen.

SCHNELLIGKEITSTRAINING

Schnell im Kopf und mit den Füßen



Seit nun mehr als sechs 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 Aktionschnelligkeit. Unser Training wird abgerundet mit einem Kräftigungs- und Stabilisationsprogramm, damit die Spieler an Körperspannung zulegen und die eingesetzte Energie auch optimal ökonomisch in die Beine übertragen können.

EINZELTRAINING

nicht nur eine individuelle Leistungssteigerung



In den meisten Teams kann aufgrund der großen Spielerzahl kaum individuell in den Bereichen Schusstechnik, Finten und Ballan- und mitnahme von flachen und hohen Bällen gearbeitet werden. Durch Zwei- bzw. Dreisschuss-spiele erlangen die Kinder im Einzeltraining über 300 Wiederholungen pro Einheit. Ein Ziel ist es auch Effetbälle, Flugbälle und den Spannstoß mit beiden Füßen technisch sauber spielen zu können. Die Schusstechnik wird dabei mit An- und Mitnahmen sowie Tricks gekoppelt. Im Einzeltraining kann eine optimale Korrektur und Automatisierung der Technik erreicht werden.

ATHLETIKTRAINING

Gesunde Ganzkörperstabilisation, Verletzungsprophylaxe



Unser MFS-Athletiktraining schafft nicht nur eine gute körperlichen Grundlage, sondern vor allem eine Leistungssteigerung im Fußball. Stabilisation und Kräftigung der Muskulatur und das funktionelle Umsetzen dieser Kraft in schnelle, dynamische Bewegungen sind Inhalt und Ziel des Athletiktrainings. 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.

TORWARTTRAINING

Nicht nur fangen, auch spielen



Ziel des MFS-Torwarttrainings ist es, die Hauptgrundlagen des Torwartspiels, wie Fangen, Springen, Werfen und Schießen ständig mit spielnahen, fußballerischen Elementen zu verbinden. Dazu gehören neben Fang- und Fallspielen auch fußballtechnische Spielformen und Tricks, die den Spaß am Torwarttraining zusätzlich steigern und durch die gezielte Verbesserung der Technik eine schnellere Spieleröffnung ermöglicht. Gemäß unserer Philosophie sollen die Torhüter also spielend ausgebildet werden, ohne dass dabei die elementaren Torwarttechniken vernachlässigt werden.

TORWARTCAMP

Torwart-Action in kleinen Gruppen



In den Torwartcamps ermöglichen wir es den Kindern und Jugendlichen 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. Das Grundgerüst unseres Torwarttrainings setzt sich 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 Münchner Fußball Schule gezielt angegangen und umgesetzt werden.

RENT-A-TRAINER

Wir betreuen ihre Mannschaft



Die Fußballvereine in und um München haben einen 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. Selbstverständlich geschieht dies alles nur in

enger Zusammenarbeit mit dem Verein und den Eltern. Die Münchner Fußball Schule 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 Koordinations-training bieten wollen, stehen wir Ihnen selbstverständlich dafür zur Verfügung!

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



U9 TUS HOLZKIRCHEN

Rund 30 Kilometer südlich von München liegt der Markt Holzkirchen – Heimat der Fußballer des TuS Holzkirchen und ein großer Standort der Münchner Fußballschule. Eines von mehreren Teams die unsere Trainer dort betreuen ist die Mannschaft von Björn Burhenne und Alex Küfler.

Die Mannschaft fasste in der abgelaufenen Saison 2015/2016 einen Kader aus 13 Spielern des Jahrgangs 2008, welche schon als U9 gemeldet wurde und in den vergangenen Monaten den gesamten Fußballkreis Zugspitze mit tollem Fußball verzauberte.

Bis auf drei Kinder wohnen alle Spieler in unmittelbarer Nähe zum Sportplatz und sind schon seit den ersten Versuchen im Fußballkindergarten ein eingeschworener Haufen. Hinter Mannschaft und Trainern liegt eine Saison mit vielen Highlights. Von einem ersten Spiel an der Säbener Straße gegen den Förderkader des FC Bayern München, über ein Spiel auf dem Rasen der Allianz Arena bis hin zu einer 4-tägigen Fußballreise inklusive internationalem Turnier mit 65 Mannschaften in Kroatien, wurden unvergessliche Erlebnisse und Erinnerungen für die Kinder geschaffen.



Neben dem Ligaspielbetrieb waren die jungen Kicker von der Haidroad im Winter auf knapp 15 Hallenturnieren aktiv und haben sich mit den spielstärksten Mannschaften des Jahrgangs in und um München immer wieder zu Freundschaftsspielen getroffen.

Die fußballerische Entwicklung der vergangenen Monate ist beeindruckend – die Kinder sind mit unheimlich großer Motivation bei drei Trainings in der Woche aktiv und beherrschen schon allerhand Tricks, gemäß unserer Ausbildungsphilosophie natürlich beidfüßig und setzen diese mutig und erfolgreich in den Spielen ein.

Um die Herausforderung stets auf einem angemessenen Niveau zu halten, wird die Mannschaft in der kommenden Spielzeit schon für den Spielbetrieb in der U11 gemeldet. Wir sind schon sehr gespannt, wie der Weg dieser vielversprechenden Talente sich entwickeln wird. Mit Sicherheit wird man auch in den kommenden Jahren mit trickreichem und mutigen Fußball für Furore, im Spielkreis Zugspitze und darüber hinaus sorgen.



TRAINERAUSBILDUNG

Zentrale Trainerausbildung



Trainerfortbildungen in Ihrem Heimatverein. Wir kommen mit unserem Know How auch gerne zu Ihnen und vermitteln unsere Trainingsphilosophie an Sie und Ihre Trainer – egal ob Hamburg oder Köln – kein Weg ist uns zu weit! Dabei werden sowohl Inhalte und Schwerpunkte als auch Termine auf Ihre Wünsche hin angepasst.

Ungefäher Ablaufplan:

- 08:30: Begrüßung
- 09:00-10:30: 1. Einheit Pause 15 Minuten
- 10:45-12:15: 2. Einheit Mittagspause
- 13:30-15:00: 3. Einheit Pause 30 Minuten
- 15:30-17:00: 4. Einheit

PERSONAL TRAINING

Individuelles Trainingsprogramm für Erwachsene



Dank professioneller Räumlichkeiten haben wir die Möglichkeit auch Müttern, Vätern und allen anderen Sportbegeisterten persönliche und professionelle Trainingsbetreuung anzubieten. Die individuelle Betreuung durch unsere Diplom-Sportwissenschaftler in Verbindung mit neuesten Trainingsprogrammen ermöglichen verschiedenste Zielsetzungen:

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

TRAININGSLAGER

Fußball Individuell



Ab sofort bietet die MFS die Möglichkeit eines Trainingslagers durch qualifizierte Trainer der MFS an. 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 Spiels 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.

FUSSBALL-KINDERGEBURTSTAG

Geburtstagsfeier mit den besten Freunden und Fußball!



Buchen Sie für den Kindergeburtstag Ihres Kindes einen Trainer der Münchner Fußball Schule!

Unsere Trainer kommen 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.

CAMPS			
SC Baldham-Vaterstetten	TSV Haar	SV Niederroth	MSV Bajuwaren 1906 NEU
FV RW Birkenhof-Eschenried	TUS Holzkirchen	FC Parsdorf	FC Büchlberg NEU
MTV Berg	SC Inhauser Moos	FC Puchheim	JFG Markt Bruckmühl NEU
ASV Dachau	SV Inning	Soccerland Geretsried	TSV Moosach-Hartmannsh. NEU
FC Deisenhofen	FC Ismaning	Soccerworld München	DJK Pasing NEU
JFG Drei Wappen Oberpfalz	FC Königsbrunn	FC Stern München	FC Phönix-Schleissheim NEU
TSV Eiselfing	SV Lochhausen	SV Straßlach	FC Seeshaupt NEU
TSV Feldkirchen	SV Lohhof	SV DJK Taufkirchen	DJK Sportbund-Ost NEU
Gautinger SC	SC Maisach	FC Teutonia München	TSV Steinhöring NEU
SV Germering	SC München	DJK Würmtal	SpVgg Thalkirchen NEU
TSV Gräfelfing	FT München-Gern	SV Vötting	
1.SC Gröbenzell	FC Neufahrn	TSV Bad Wiessee NEU	
FUSSBALLKINDERGARTEN			
SC Baldham-Vaterstetten	FC Ismaning	FC Teutonia München	SC Inhauser Moos NEU
TSV Eiselfing	SC Maisach	DJK Würmtal	TSV Ludwigsfeld NEU
SpVgg Feldmoching	FC Neufahrn	Soccerworld München	TSV Moosach-Hartmannsh. NEU
FT München-Gern	TSV Poing	FC Alemannia München NEU	SV Niederroth NEU
1.SC Gröbenzell	TSV Solln	MSV Bajuwaren 1906 NEU	FC Phönix Schleissheim NEU
VfB Hallbergmoos	SV Straßlach	TSV Haar NEU	Soccerland Geretsried NEU
FÖRDERTRAINING			
SC Baldham-Vaterstetten	1.SC Gröbenzell	SV Straßlach	FC Königsbrunn NEU
FV RW Birkenhof-Eschenried	FT München-Gern	FC Teutonia München	SV Laim München NEU
FC Deisenhofen	TSV Haar	DJK Würmtal	TSV Ludwigsfeld NEU
FC Eintracht München	SC Maisach	MSV Bajuwaren 1906 NEU	TSV Moosach-Hartmannsh. NEU
TSV Eiselfing	Soccerworld München	MTV Berg NEU	
TORWARTTRAINING			
FV RW Birkenhof-Eschenried	SV Straßlach	FC Teutonia München	DJK Würmtal
FT München-Gern			
FUSSBALL IN DER SCHULE			
Bavarian International School	Grundschule an der Klenzerstraße	Schule an der Ostpreussenstraße	Tumblinger Schule
Camerloherschule	Hort Life Grünwald	Schule am Bayernplatz	Montesori Schule Starnberg NEU
Ernst Reuter Schule	Röthpletzschule		
RENT-A-TRAINER		HERRENTEAMS	
TUS Holzkirchen	SV Niederroth	FC Parsdorf	TSV Poing
RENT-A-TRAINER		JUGENDTEAMS	
U15-U21 TSV 1860 München (Reha-Trainer)	U9 SC Amicitia München	U8-U10, U12, U13, U15 DJK Würmtal	
U10, U12, U13 FC Augsburg	U12 FC Eintracht München	U13 JFG Amperspitz NEU	
U10, U11, U15 FV RW Birkenhof	U10 FC Neufahrn	U13 VfR Garching NEU	
U15, U18 TSV Haar	U12 SV Olympia Concordia	U7 TSV Ludwigsfeld NEU	
U7 - U15 TUS Holzkirchen	U13 DJK Sportbund-Ost	U13 TSV Poing NEU	
RENT-A-TRAINER		JUGENDTEAMS OHNE SPIELBETREUUNG	
U15 SV Amicitia München	U9 SV Haimhausen	U9 TSV 1865 Dachau NEU	
U9-U13 SC Baldham-Vaterstetten	U7-U13 FC Parsdorf	U9 Helios Daglfing NEU	
U9, U12, U13, U15 ASV Dachau	U4-U19 TSV Poing	U9 ESV Freimann NEU	
U9, U11, U13 SF Föching	U9-U14 SV-DJK Taufkirchen	U11 FC Neuhadern NEU	
U7-U10 TSV Haar	U7, U9, U11 MTV Berg NEU	U10 TSV Schwabhausen NEU	

MFS TRAINER



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



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



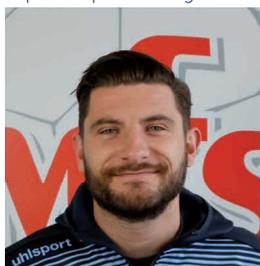
GEDIMINAS SUGZDA
Leiter der MFS seit 2008
UEFA-A-Lizenz-Trainer
bis 2008 FS „Kickfabrik“



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



DOMINIC FAUL
In der MFS seit 2005
UEFA-Elite-Jugend-Lizenz
Diplom Sportwissenschaftler



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



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



DAVID DECHAMPS
In der MFS seit 2007
UEFA-B-Lizenz-Trainer
Diplom Sportmanager



FELIX HIRSCHNAGL
In der MFS seit 2007
UEFA-Elite-Jugend-Lizenz
Diplom Sportmanager



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



Neben den hauptamtlichen Partnern arbeiten auch eine ganze Menge freiberuflicher Übungsleiter für die Münchner Fußball Schule. Über 100 Trainer leiten Fußball-Kindergärten, Fördereinheiten und natürlich unsere Ferienprogramme. Sie sind maßgeblich mit für den Erfolg der MFS verantwortlich.





MARCO MESIRCA

In der MFS seit 2009
UEFA-B-Lizenz-Trainer
Master Sportmanagement



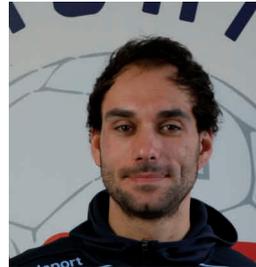
ANDREAS PRECHTL

In der MFS seit 2013
UEFA-A-Lizenz-Trainer
Sportlehrer



MATE DERDA

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



MARC STIEGLER

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



CHRISTOPHER REITTER

In der MFS seit 2010
UEFA-B-Lizenz-Trainer
Diplom Sportwissenschaftler



MARTYNAS SUGZDA

In der MFS seit 2010
UEFA-B-Lizenz-Trainer
Studium Sportmanagement



ANDREAS KIENING

In der MFS seit 2015
UEFA-C-Lizenz-Trainer
Sportlehrer



BJÖRN BURHENNE

In der MFS seit 2015
UEFA-Elite-Jugend-Lizenz
Fitnesstrainer



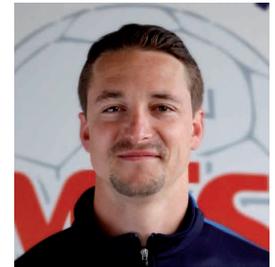
HÜSEYİN SÖZER

In der MFS seit 2013
UEFA-B-Lizenz-Trainer
Studium Sportmanagement



CARSTEN ALTSTADT

In der MFS seit 2015
UEFA-C-TW Lizenz-Trainer
Studium Sport und Englisch



MICHAEL LEDER

In der MFS seit 2014
UEFA-B-Lizenz-Trainer
Diplom Sportwissenschaftler



NEIL SATTAR

In der MFS seit 2012
UEFA-B-Lizenz-Trainer



RENE SCHÄFFER

In der MFS seit 2016
UEFA-B-Lizenz-Trainer

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

INTERNE TRAINERFORTBILDUNG



Wir von der MFS haben einen hohen Anspruch an Qualität und den wollen wir halten. Unsere eigene Trainings- und Ausbildungsphilosophie hilft uns dabei. Natürlich muss diese Philosophie immer auf dem gleichen Niveau vermittelt werden, egal von welchem unserer Trainer. Und deshalb machen wir in regelmäßigen Abständen interne Trainerfortbildungen.

Im April 2016 war es auf dem Gelände des TSV Gräfelfing wieder mal so weit:

Die Weiterbildung dauerte einen Tag und war unterteilt in einen theoretischen und einen praktischen Block - mehr als 40 unserer Trainer waren dabei.

In der Theorie ging es um Themen wie:

Außendarstellungsrichtlinien, Trainingsstruktur und Aufbau, spezifische Camp-Organisation, richtiger Umgang mit Kindern und Krisenmanagement.

Für den Praxisblock hatten fünf Trainer eine Lehrprobe vorbereitet. Sie zeigten einen optimalen Ablauf und effektiven Trainingsaufbau für die unterschiedlichen Bereiche

Fußballkindergarten, Fördertraining oder Mannschaftstraining.

Anhand der Lehrproben wurde viel diskutiert und korrigiert, um das Optimum rauszuholen.

Beispielsweise muss der Trainingsaufbau für die Gruppe bezüglich Anzahl und Können stimmen, Fehlerbilder müssen sofort erkannt werden und synchron gecoacht werden.

Das Credo der Fortbildung lautete: Akribische Vorbereitung und perfekte Organisation. Das ist zwar arbeitsintensiv, macht aber ein gutes Training aus.

Mit viel neuem Input und auf den aktuellen Stand gebracht, konnten wir unsere Trainer dann ins Wochenende verabschieden und wissen sie für die kommende Saison gut vorbereitet.

An dieser Stelle möchten wir uns bei allen Trainern nochmals Bedanken, für ihr großes Engagement und dass sie die Philosophie der Münchner Fußball Schule nicht nur anwenden, sondern leben.

Ohne Euch wäre die MFS nicht da, wo sie jetzt ist.

Jugendfußball im Verein – Gleichbehandlung von Jugendspielern



Beitrag von
Michael Schuppke

Im Jugendfußball ist in den Vereinen immer wieder zu beobachten, dass die so wichtige Gleichbehandlung von Jugendspielern oft nur auf dem Papier stattfindet. Um eine Einheit nach innen und nach außen zu bilden, ist aber genau diese Gleichbehandlung absolut notwendig. Und nur so kann langfristig erfolgreiche Nachwuchsarbeit und Jugendausbildung stattfinden. **Was meine ich mit Ungleichheit? Viele Spieler werden aufgrund ihres besonderen Talents mit Sonderrechten ausgestattet, während andere Mitspieler zurückgesetzt werden.** Das „erkannte Talent“ wird dabei nicht ausgewechselt, darf stets alle Standardsituationen schießen und darf auch häufiger Alleingänge starten als seine Mitspieler. Diese Klassifizierung hat Nachteile:

Selbstüberschätzung, nachlassender Ehrgeiz im Training und soziales Fehlverhalten bis hin zum Verlust des Teamgedanken könnten die Folgen für den bevorzugten Spieler sein.

Für die benachteiligten Spieler birgt die Klassifizierung die Gefahr des Verlustes von Selbstvertrauen und der damit verbundenen Entwicklungsmöglichkeit innerhalb des Teams. Dieser Spieler wird sich nicht einfach trauen, mal einen Alleingang zu starten, sondern wird immer darauf bedacht sein, möglichst wenig Fehler zu machen. Auch seine Einsatzzeiten werden geringer sein als die der Stärkeren. Damit wird er sich nicht so gut entwickeln wie die bevorzugten Spieler.

Was wir als Trainer nicht verhindern können, ist die natürliche Entwicklung einer Hierarchie innerhalb einer Mannschaft. Es kristallisieren sich ganz natürlich so genannte Alpha-Tierchen sowie Indianer heraus. Entscheidend ist nur, dass ein Trainer die Fähigkeiten besitzen muss, diese Entwicklung innerhalb des Teams bestmöglich zu steuern. Viele Trainer machen den Fehler diese Entwicklung zu unterstützen und zu untermauern, in dem sie die stärkeren Spieler häufiger und besonders gegen starke Gegner bevorzugt einsetzen und den schwächeren Spielern Einsatzzeiten nehmen. Wenn alle Spieler zu gleichen Teilen unabhängig von der Spielstärke des Gegners spielen dürfen, können sich alle Spieler optimal entwickeln. Sowohl physisch als auch psychisch. Auf diese Weise kann sich die Schere zwischen starken und schwächeren Spielern schließen. Eine komplette Angleichung wird es natürlich nie geben, aber eine größere Annäherung als sonst auf jeden Fall. Kinder die noch nicht so gut spielen, machen in der Entwicklung naturgemäß größere Schritte als Kinder die schon sehr gut sind. Und in Summe macht es die Mannschaft erfolgreicher, weil die Mannschaft in der Breite an Qualität zunimmt. Dafür braucht es in jüngeren Jahrgängen Geduld und das Wissen, dass zu Beginn dieser Umstellung auch mal Spiele verloren gehen können, wenn alle Spieler mitgenommen werden.

Starke, talentierte Spieler sollen sich natürlich entwickeln dürfen. Um sie in ihrer Entwicklung nicht zu bremsen, ist **die Kadergröße entscheidend.** Sie muss so gewählt werden, dass schwächere Spieler eingebaut werden können und der starke Spieler dennoch nicht an Spielzeit verlieren muss. Das heißt, in der E-Jugend sollen bei 7 spielberechtigten Spielern keine 15 Spieler im Kader sein. Das wird keinem gerecht. 10 Spieler sind das Maximum. Wenn man dennoch 15 Spieler haben muss, aus welchen Gründen auch immer, dann sollte man versuchen, mit zusätzlichen Freundschaftsspielen hier einen Ausgleich zu schaffen.

Um eine Gleichbehandlung sowohl zwischen den Kindern als auch zwischen Trainer und Kindern zu sichern ist es sinnvoll, die Spieler im Training als auch zum Spiel gleich zu kleiden. Trainingsanzüge im Training, Ausgehanzug oder zumindest ein Aufwärmshirt beim Spiel wären optimal. **Auf diese Weise werden soziale Ungleichheiten im Fußball und damit einhergehende soziale Probleme im Fußball verbannt.** Das Team wird auf Dauer erfolgreicher spielen. Die Stimmung im Team wird sich verbessern, weil eben alle – Spieler, Trainer, Eltern und Verantwortliche – ein Team sind. Weil dies dann auch gelebt wird, nach innen und nach außen.

Eine gute Fußballzeit!
Euer Michi

PARTNERVEREINE



FT MÜNCHEN-GERN

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

FC DEISENHOFEN

Partner der MFS seit 2009
viele Camps, Fördertraining

SV STRAßLACH

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

TSV POING

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

TUS HOLZKIRCHEN

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

FV RW BIRKENHOF-ESCHENRIED

Partner der MFS seit 2013
Camps, Fördertraining, TW-Training, viele Teams

TSV HAAR

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

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!

WEITERE PARTNERVEREINE:

ASV DACHAU Partner der MFS seit 2011 Camps, Rent-A-Trainer	SV LOCHHAUSEN Partner der MFS seit 2013 Camps, Fördertraining	TSV SOLLN Partner der MFS seit 2010 FuKiGa, Team
FC EINTRACHT MÜNCHEN Partner der MFS seit 2008 Fördertraining, Team	SV LOHHOF Partner der MFS seit 2010 Rent-A-Trainer, Teams	FC STERN MÜNCHEN Partner der MFS seit 2010 viele Camps
SPVGG FELDMOCHING Partner der MFS seit 2014 Camps, FuKiGa	SC MAISACH Partner der MFS seit 2014 Camps, Fördertraining, FuKiGa	SV-DJK TAUFKIRCHEN Partner der MFS seit 2013 Camps, Rent-A-Trainer
1.SC GRÖBENZELL Partner der MFS seit 2013 Camps, Fördertraining, FuKiGa	FC NEUFABRN Partner der MFS seit 2010 Camp, FuKiGa	FC TEUTONIA MÜNCHEN Partner der MFS seit 2013 Camps, Fördertraining, FuKiGa, TW-Training
FC ISMANING Partner der MFS seit 2014 viele Camps, FuKiGa	FC PARSDORF Partner der MFS seit 2008 Camps, Rent-A-Trainer, Team	FC ALEMANNIA MÜNCHEN Partner der MFS seit 2016 NEU Camps, Fördertraining, FuKiGa
SC AMICITIA MÜNCHEN Partner der MFS seit 2015	SV LOCHHAUSEN Partner der MFS seit 2013	MSV BAJUWAREN 1903 Partner der MFS seit 2016 NEU
JFG DREI WAPPEN OBERPFALZ Partner der MFS seit 2011	SV LOHHOF Partner der MFS seit 2010	FC BÜCHLBERG Partner der MFS seit 2016 NEU
TSV EISELFING Partner der MFS seit 2015	SV MERING Partner der MFS seit 2014	TSV LUDWIGSFELD Partner der MFS seit 2016 NEU
TSV FELDKIRCHEN Partner der MFS seit 2008	SC MÜNCHEN Partner der MFS seit 2015	JFG MARKT BRUCKMÜHL Partner der MFS seit 2016 NEU
SF FÖCHING Partner der MFS seit 2012	SV NIEDERROTH Partner der MFS seit 2008	TSV MOOSACH-HARTMANNSHOFEN Partner der MFS seit 2016 NEU
VFR GARCHING Partner der MFS seit 2012	SV OLYMPIADORF CONCORDIA Partner der MFS seit 2015	DJK PASING Partner der MFS seit 2016 NEU
SV GERMERING Partner der MFS seit 2011	TSV PAUNZHAUSEN Partner der MFS seit 2010	FC PHÖNIX SCHLEISSHEIM Partner der MFS seit 2016 NEU
TSV GRÄFELFING Partner der MFS seit 2010	SV PETERSHAUSEN Partner der MFS seit 2015	FC SEESHAUPT Partner der MFS seit 2016 NEU
SV HAIMHAUSEN Partner der MFS seit 2015	FC PUCHHEIM Partner der MFS seit 2012	DJK SPORTBUND-OST MÜNCHEN Partner der MFS seit 2015 NEU
SC INHAUSER MOOS Partner der MFS seit 2014	SV TÜRKGÜCÜ ATASPOR Partner der MFS seit 2015	TSV STEINHÖRING Partner der MFS seit 2016 NEU
FC KÖNIGSBRUNN Partner der MFS seit 2014	SV UNTERMENZING Partner der MFS seit 2014	SPVGG THALKIRCHEN Partner der MFS seit 2016 NEU

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 respektvollen 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 Kindern helfen 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



UNSER BUCH

**DAS neue
STANDARDWERK
für Trainer,
Fußballer
und Eltern!**

1:0 für den Fußball – Nachtraining mit Flüchtlingen beim TSV Poing



Fußball unterscheidet nicht nach Nationalität, Kultur, Religion oder Sprache. Fußball bringt Menschen spielerisch zusammen und baut durch gemeinsame Erlebnisse Vorurteile ab.

Fußball ist bunt und bietet Menschen eine Heimat.

Das dachten sich auch Ingrid Knauer vom Poinger Flüchtlings-Helferkreis und TSV-Vorstand Robert Rieger und gaben den Impuls zu einem Fußballtraining für Flüchtlinge. Am 22. März 2016 war es dann soweit – fast 60 Flüchtlinge verschiedener Nationen der Unterkunft in der Realschulturnhalle in Poing nahmen am ersten Schnuppertraining des TSV Poing teil.

Die hohe Teilnehmerzahl war für die Trainer Michael Maguhn (MFS), Michael Leder (MFS) und Robert Rieger (TSV Poing) kein Problem, sie waren gut vorbereitet – Bälle, Hütchen und Leibchen waren ausreichend vorhanden.

Auf Englisch und Deutsch, mit Händen und Füßen wurden Übungen erklärt – für die meisten war es das erste Fußballtraining ihres Lebens.

Am Ende war es ein gelungener Trainingsauftakt im Sportzentrum Poing. 90 Minuten ausgelassen kicken, einfach nur Spaß haben und vergangene Erlebnisse kurze Zeit vergessen. Ein voller Erfolg also.

Das Training findet ab sofort regelmäßig jeden Dienstag statt. Der TSV Poing möchte in Zusammenarbeit mit der Münchner Fußball Schule damit einen Beitrag zur Integration leisten.



DEIN MÜNCHEN und die MFS schaffen gemeinsam neue Perspektiven und Möglichkeiten für benachteiligte Kinder und Jugendliche



Von der Ersatzbank aufs Spielfeld!

Mit Fußball können Kinder dem Alltag entkommen, er vermittelt kleine Erfolge und Bestätigung. Sport ist oft die einzige Chance sich zu beweisen und auch einmal Held zu sein. Fußball bedeutet auch, nicht alleine spielen zu müssen und raus aus der Isolation zu kommen. Wenn Kinder Fußball spielen, sprechen alle dieselbe Sprache. Sie identifizieren sich mit ihren Helden und das unabhängig von Glauben, Herkunft und politischer Situation, denn auf dem Fußballplatz sind alle gleich.

Die Kooperation zwischen der MFS und DEIN MÜNCHEN e.V., bietet benachteiligten Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit soziale Herkunftsfaktoren zu überwinden und durch regelmäßigen Sport ihr Leben positiv zu verändern. Durch aktive Integration und Vermittlung wichtiger Werte wie Respekt, Teamgeist, Fairness und Ausdauer sammeln die jungen Menschen zudem essentielle Erfahrungen für ihren weiteren Lebensweg.

Seit mehreren Monaten besuchen Kinder und Jugendliche aus dem Partnernetzwerk von DEIN MÜNCHEN nun schon die regelmäßigen Fußballtrainings der MFS und der erste Erfolg kann sich sehen lassen.

Die jungen Menschen kommen in Bewegung, fühlen sich aufgehoben, fair behandelt, finden Anschluss und knüpfen Freundschaften. Es ist eine unglaubliche Freude das mitzuerleben, so Elisa Dudda, Projektkoordinatorin bei DEIN MÜNCHEN.

Wie sich jedoch auch zeigt, ist der Unterstützungsbedarf der Kinder sehr groß. Besonders bei Kindern die aus dem eigenen Elternhaus keinerlei Hilfe und Motivation erfahren, braucht es zusätzliche Motivatoren und eine klare Handreichung von außen.

Aus diesem Grund wird derzeit auch über ein künftiges Patenschaftskonzept diskutiert, das die jungen Kicker künftig noch stärker unterstützen und die Nachhaltigkeit der Kooperation sichern soll. Dabei geht es vor allem um eine begleitende Betreuung im Rahmen des Trainings und Veranstaltungen. Vielleicht kommt eine Patenschaft ja sogar für SIE in Frage? Wir halten Sie über unsere Planungen auf dem Laufenden.

Nach dem erfolgreichen Projektstart, plant die MFS und DEIN MÜNCHEN auch weitere gemeinsame Aktionen, wie ein Fußballturnier.

„Wir sind nicht nur verantwortlich für das, was wir tun, sondern auch für das was wir nicht tun.“ (Molière)

Alle Kinder sollten mit dem Gefühl aufwachsen, dass ihnen die Welt offen steht und sie alles erreichen können, was sie sich vornehmen, egal aus welchen Verhältnissen sie kommen. Das Ziel von DEIN MÜNCHEN e. V. ist, junge Menschen am Rande der Gesellschaft zu integrieren und sie nachhaltig in den Bereichen Bildung, Kultur und Sport zu beteiligen. Die persönliche Herkunft darf nicht automatisch den eigenen Lebensweg bestimmen.

Dabei geht es um eine aktive und dauerhafte Beteiligung von Kindern und Jugendlichen an den Möglichkeiten, Projekten, Aktionen und Angeboten. Es geht nicht nur um Persönlichkeitsentwicklung und Lebensqualität, sondern um Identifikation mit der Gesellschaft. Chancengleichheit, Dabeisein und Integration nehmen bei der Arbeit von DEIN MÜNCHEN e. V. einen ebenso großen Stellenwert ein, wie die Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Themen. Nur Kinder und Jugendliche, die die Möglichkeiten haben, etwas aus sich zu machen, machen auch etwas aus unserer Gesellschaft.

DEIN MÜNCHEN e. V. ist also kein einzelnes Projekt, sondern verfolgt einen ganzheitlichen gesellschaftlichen Ansatz. Dieses Konzept ist bislang deutschlandweit einzigartig und ausschließlich auf Spenden angewiesen.

Ausführliche Informationen finden Sie unter www.dein-muenchen.org

Ermöglichen Sie Kindern und Jugendlichen einen guten Start ins Leben. Unterstützen Sie unser Engagement für die Kinder unserer Stadt!

SPENDENKONTO: DEIN MÜNCHEN e. V.
Münchener Bank
IBAN: DE90 7019 0000 0002 0100 20
BIC: GENODEF1M01
KTO: 20 100 20 | BLZ 701 900 00



Bei Wind und Wetter draußen – Fußball im Kindergarten

MFS und Elly & Stoffl



Pia, Tim und Leopold sind auf dem Weg ins Fußballtraining. Sie sind 4 Jahre alt. Einmal pro Woche geht's raus an die frische Luft zum Kicken, zwar noch sehr spielerisch, aber mit fußballerischen Elementen. Da wird dann kurzerhand eine Koordinationsleiter zu einer Piratenbrücke, die man mit kleinen Schritten überqueren muss, damit keiner von den kleinen Piraten ins Wasser fällt. Das regt die Phantasie an und macht den Kindern Riesenspaß.

Ihr Bambini-Training machen die Drei aber nicht im Verein, sondern im Kindergarten. In einem Fußball-Kindergarten der Münchner Fussball Schule.

Dieses gesundheitsorientierte Sport-Konzept schult die motorischen und koordinativen Bewegungsabläufe und macht die Kinder mit ersten fußballspezifischen Techniken vertraut. Der Spaß und die Freude stehen dabei immer im Vordergrund.

Fußballkindergärten, also Training für 4- bis 6-jährige bietet die Münchner Fussball Schule schon seit 15 Jahren an.

Neu ist eine Kooperation mit einem Kindergarten. Dominic Faul und Matias Blasenbrenn von der Münchner Fussball Schule starteten das Pilotprojekt im September 2015 mit Elly & Stoffl: An allen sieben Standorten der Privatkinder- gärten, die über ganz München verteilt sind, können die

Kinder im Rahmen des „Afternoon Clubs“ aus verschiedenen Programmen wählen. Egal ob Karate oder Töpfern, Klavier oder eben Fußball-Kindergarten. Da ist für jeden was dabei. An den Fußballkursen nehmen zwischen acht und zehn Kinder pro Trainingsgruppe teil und mit drei Jahren können sie locker schon mitmachen.

„Bei Wind und Wetter draußen“, das stand in der Mail mit der die Privatkinder gärten Elly & Stoffl bei den Eltern für das Fußballtraining der Münchner Fußball Schule warben. Die Eltern waren sofort begeistert und das Projekt startete mit großer Nachfrage.

„Die Kinder können sich ausprobieren und ihre Talente entdecken“, so Anke Schiefer, Geschäftsleitung von Elly & Stoffl. Ein absoluter Mehrwert sei die Entlastung der Eltern am Nachmittag, „denn die Zusatzangebote, wie das Fußballtraining finden `In-House` statt, das erspart den Eltern viele `Taxi` -Fahrten und die Kinder erleben alles in einem gewohnten Umfeld.“

Für Pia, Tim und Leopold gehört das Fußballtraining jetzt einfach zum Kindergarten dazu. Sich Bewegen an der frischen Luft auch bei winterlichen Temperaturen ist für sie zur selbstverständlichen Notwendigkeit geworden. Und genau das ist eines der Ziele des Fußball-Kindergartens der Münchner Fussball Schule.

UNSER TRAININGSBLOG!



In unserem Blog www.mfsfussballtraining.tv/blog/ könnt Ihr mit uns diskutieren oder Euch informieren. Zweimal pro Woche gibt's neue Artikel und die Bandbreite der Themen ist groß: Von der richtigen Ernährung vor dem Spiel über Spielanalysen bis hin zu Kontroversen wie zum Beispiel „warum der FC Bayern so wenig Talente herausbringt“ – viel Spaß damit!

GEDI SUGZDA UNTERSTÜTZT SEINEN ERSTEN VEREIN FK „DŽIUGAS“ IN LITAUEN



Seit Herbst 2014 kooperiert die MFS mit einem Fußballverein aus Litauen. Das hat einen besonderen Grund: MFS-Trainer Gedi Sugzda hat beim FK Džiugas in Telšiai als 8-Jähriger mit dem Fußball angefangen und dort sieben Jahre gespielt.

In den vergangenen Jahren ist der Kontakt mit der Führung des Clubs intensiver geworden und so kam es, dass die Münchner Fußball Schule den Verein im Bereich Trainingsmethodik unterstützt – was von den Spielern in Litauen auch bereits fleißig im Training umgesetzt wird. Der nächste Schritt war eine Hospitation bei der MFS: Der litauische Clubvorstand und der Jugendchef verbrachten sieben fußballintensive Tage in München. Auf dem Programm stand der Besuch der MFS-Fortbildung, Trainingseinheiten und Spiele unserer MFS-Teams. Natürlich durfte auch der bayerische Fußball nicht fehlen – die fußballbegeisterten Litauer besuchten das Sportgelände vom TSV 1860 München und das Spiel von FC Bayern II gegen SpVgg Greuther Fürth. Highlight war ein Besuch in der Allianz Arena zum Champions League Viertelfinale FC Bayern gegen FC Benfica.

PROJEKT TUS HOLZKIRCHEN LÄUFT WEITER



Die Münchner Fußball Schule betreut beim TuS Holzkirchen seit 3 Jahren zahlreiche Kleinfeldmannschaften und ab der Saison 2016/17 auch die U12, U13, U14 und U15. Die MFS-Trainer Gedi Sugzda, Björn Burhenne, Martynas Sugzda und ihre Nachwuchstrainer Moritz Hajek, Marc Schmidpeter, Danny Kapale und Alex Küfler arbeiten stetig an der Umsetzung der MFS-Trainings- und Spielphilosophie. Die Erfolge in der Entwicklung der Spieler sind deutlich erkennbar.

Das Projekt wird auch in der kommenden Saison - mit großartiger Unterstützung des TuS Holzkirchen - weitergeführt.

STOLLENSTROLCHE – TYRONE SCHIESST TELEKOM-TOR IM APRIL 2016



Freude über Tyrons Sieg!

Tyrone (11) von unserer Projektmannschaft DJK Sportbund München Ost hat im April das tollste Kindertor in ganz Deutschland geschossen.

Zunächst wurde sein Tor von der Jury um Hans Sarpei und

Frank Buschmann unter die Top 5 gewählt. Beim deutschlandweiten Voting konnte er dann auch mit Eurer Hilfe mit ganz knappem Vorsprung gewinnen. Die Mannschaft und Tyrone bedanken sich herzlich dafür.

DIE MFS ZAHLEN UND FAKTEN

MFS wurde im Jahr 1998 von Günther Farrenkopf gegründet | Bis jetzt wurden mehr als 900 Camps durchgeführt | In diesem Jahr wird die gesamte Teilnehmeranzahl von 32.000 geknackt | In der Saison 2016/17 werden über 110 Camps mit über 3.000 Kinder ausgerichtet | Wöchentliche Kurse wie Fußball in der Schule, Fußballkindergarten und Förderkurse werden von über 1.500 Kindern besucht | Zurzeit betreuen wir mit Rent-A-Trainer Programmen über 60 Mannschaften in und rund um München | Für die Saison 2016/17 werden ca. 1.000 Bälle gekauft |

FAXE IST PAPA!



Henry ist da – seit 14. Oktober 2015 sind Gloria und Faxe Niedermeier stolze Eltern eines Sohnes. Der goldige Kleine schaut aus wie die hübsche Mama. Allerdings hoffen wir, er hat sein Fußballtalent vom Papa geerbt. Ganz viel Spaß wünschen wir Euch Dreien - Gesundheit, Geduld und viel Gelassenheit vom Team der Fußballschule.

MARKUS WIEDEMANN UNTER DER HAUBE



Am 18. März 2016 war es soweit - Markus und seine Anja gaben sich am Schliersee in herrlicher Alpenkulisse das Ja-Wort. Im August folgt noch die kirchliche Trauung mit großer Sause – wir freuen uns schon sehr. Die MFS-Familie wünscht Euch alles erdenklich Gute für Eure gemeinsame Zukunft.

SOCIAL MEDIA



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



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



Folgen Sie uns auf **TWITTER**
@MFSFootball



Abonnieren Sie uns bei **INSTAGRAM**
mfs_fussballtraining

IMPRESSUM

CHEFREDAKTION

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

REDAKTION

Michael Schuppke, Gedi Sugzda, David Niedermeier,
Isabella Schuppke

AUTOREN DIESER AUSGABE

Matias Blasenbren, Felix Hirschnagl, David Dechamps,
Michael Maguhn, Markus Wiedemann, Dominic Faul,
Ferdinand Reinhard, Marco Mesirca, Martynas Sugzda
Michèle Kirner

KONZEPTION | LAYOUT

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

FOTOS

Münchner Fußball Schule, Frederik Kittsteiner,
Michèle Kirner

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

Ein MFS-Lizenztrainer verbringt im Jahr auf den Fußballplätzen etwa 2 Monate, oder 1.450 Stunden: Trainingseinheiten, Spiele, Turniere, Camps... | Wir haben über 6.000 User auf MFSFußballtraining.TV | MFS-Facebook hat schon über 4.500 Likes | Youtube Channel MFSFußballtraining.TV hat schon 2.450 Abonnenten | 200 Follower bei @MFSFootball Twitter | 253 Abonnenten bei Instagram mfs_fussballtraining | EINSNULL Ausgabe 10 wurde 4.000 mal gedruckt



TEL. 089 - 897 45 45 10

www.muenchner-fussball-schule.de

info@muenchner-fussball-schule.de

**FERIENCAMP
FÖRDERTRAINING
FUSSBALL-KINDERGARTEN
uvm...**

JETZT in DEINER NÄHE



**FUSSBALLTRAINING mit viel
TECHNIK UND KOORDINATION**



goo.gl/044wiE