



Schleswig-Holsteinischer Fußballverband e.V.

„Haus des Sports“
Winterbeker Weg 49
24114 Kiel

Uwe Seeler Fußball Park
Am Stadion 4
23714 Bad Malente

Telefon

Geschäftsstelle (0431) 64 86 156
Passstelle (0431) 64 86 160
Telefax (0431) 64 86 193
E-Mail info@shfv-kiel.de
Internet www.shfv-kiel.de

Telefon (04523) 202 240 10
Telefax (04523) 202 240 19

E-Mail info@usfp-malente.de
Internet www.usfp-malente.de

Schleswig-Holsteinischer Fußballverband e.V. • Winterbeker Weg 49 • 24114 Kiel

An alle
Trainer*innen / Betreuer*innen
und Interessierte
im SHFV

Ihr Zeichen, Ihre Nachricht vom

Unser Zeichen, unsere Nachricht vom
TB

Name, Telefon

Terje Braunschweig
(0431) 64 86 272

E-Mail

bfd@shfv-kiel.de

Seminar „Fußballspezifisches Athletiktraining“

27. März 2024

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Sportfreund*innen,

Erfolg ist kein Zufall! Ein gewonnenes Kopfballduell in der 90. Minute, ein siegreiches Laufduell, welches zum Torerfolg führt oder eine Torhüterparade, bei der der Ball mit den Fingerspitzen aus der Ecke gekratzt wird - es sind oft Kleinigkeiten, die darüber entscheiden, ob man nach dem Schlusspfiff mit gesenktem Kopf oder hochgerissenen Armen dasteht.

Selbst die besten Sportler*innen bringen ihrem Team nur wenig, wenn jene verletzt sind. Dieser wichtige Grundsatz besitzt für alle Sportarten, Leistungsklassen und Zeiten Gültigkeit. Doch der Teufel steckt bekanntlich im Detail. Genauso wie man die Viererkette zumeist in kürzester Zeit erklären kann, es aber in der Praxis effektivere Wege zur Vermittlung bedarf, um die Schwerpunkte in möglichst wenigen Trainingseinheiten zu vermitteln, so gibt es im Athletikbereich immer noch häufig Lücken, die es durch ein evidenzbasiertes sinnvolles Trainingsprogramm, zu schließen gilt.

Genau hier setzt der SHFV an und vermittelt den Teilnehmer*innen über das Seminar „Fußballspezifisches Athletiktraining – Leistung steigern und Verletzungen vermeiden“, welches am **22.06.2024** im **Uwe Seeler Fußball Park** (Am Stadion 4, 23714 Malente) durchgeführt wird, Wissen zu der Vielfältigkeit des Athletiktrainings. Im Laufe des Tages werden unter anderem die Grundprinzipien des Athletiktrainings, der Verletzungsprophylaxe und Erkenntnisse der Leistungsdiagnostik behandelt. Hierbei werden verschiedene Aspekte thematisiert, diskutiert und anschließend ebenfalls in der Praxis angewendet, sodass ein abwechslungsreicher Tag mit Theorie- und Praxiseinheiten ansteht. Durch den Tag wird Sie der Referent Felix Benderoth führen. In der anfallenden Teilnehmergebühr in Höhe von 129,00 € sind sowohl das Mittagessen, die Konferenzgetränke, die Kaffeepause als auch die Seminarunterlagen inbegriffen.

Seminar	Termin	Anmeldeschluss	Kosten	Veranstaltungsort	Ansprechpartner	Uhrzeit
Fußballspezifisches Athletiktraining	22.06.2024	26.05.2024	129.00 €	Uwe Seeler Fußball Park	Terje Braunschweig bfd@shfv-kiel.de 04316486272	10:00-17:00

Falls Sie tiefergehende Fragen zu dieser Weiterbildung haben, steht Ihnen Terje Braunschweig (bfd@shfv-kiel.de) unter 0431/6486-272 sehr gerne zur Verfügung. Sollten Sie Interesse an dieser Veranstaltung haben, melden Sie sich bitte über den Veranstaltungskalender (<https://www.dfbnet.org/coach/SHF>) an.

Bankverbindung:

Bank Förde Sparkasse
IBAN DE31 2105 0170 1002 7182 84
BIC NOLADE21KIE

UNSERE AMATEURE.
ECHTE PROFIS.



PROVINZIAL



Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Andreas Heumeier'.

Andreas Heumeier
Vors. SHFV-Ausschuss für Qualifizierung

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Paul Musiol'.

Paul Musiol
Abteilungsleiter Qualifizierung

Nachrichtlich:
Präsidium SHFV
SHFV-Ausschuss für Qualifizierung
Kreislehrwarte