



# Fußball und Freizeit



Spieler der **C- Jugend** unseres Vereines führten in den Sommerferien ein gemeinsames internes Trainingslager „**Fußball und Freizeit**“ durch. Das Trainingslager sollte allen Fußballern der C- Jugend die Möglichkeit bieten, ihre Freizeit sinnvoll zu nutzen. Fußballerische Trainingseinheiten wurden verbunden mit Freizeit-Aktivitäten.

Viele Spieler haben das Angebot des Vereines angenommen. Die Resonanz war insgesamt positiv. Bei mehr Werbung innerhalb der C- Jugend für dieses Projekt, hätten sicherlich noch einige Spieler Interesse an einer Mitwirkung bekundet.

Unter der Verantwortung der Nachwuchstrainer - Wolfgang Robitzsch und Ronny Förster – nutzten einige Spieler diese zusätzliche Möglichkeit ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten im fußballerischen Bereich auszubauen bzw. zu verbessern.



.... Erwärmung



von links nach rechts:  
Rahimi, Niklas, **Mohammad**, Lenny, John, Tony



So wurde beim **Montagstraining** besonderes Augenmerk auf die Verbesserung und Festigung der technischen Grundlagen am Ball gelegt. Ballgefühl wurde durch Jonglieren und Stangen- bzw. Kegellauf in Slalomform entwickelt. Verschieden Spielformen, mit Wettkampfcharakter, sollten das Können und Selbstvertrauen am Ball festigen.



... „Strafe“, weil der Ball außerhalb der Begrenzung war



Kereem



und Even beim Slalom ....

Beim Training am **Dienstagvormittag** kamen Spaß und Freude nicht zu kurz. Es ist immer wieder erstaunlich, daß die Sieger im Spiele-Modus selten die vermeintlich ‚Stärksten‘ sind.



... Mohammad beim Abspiel



... Even mit vollem Einsatz

Vor Trainingsbeginn entschieden sich die Jungs, aus einem Angebot von mehreren Filmen, für den Nachmittagsfilm, „**Indiana Jones und das Rad des Schicksals**“

*Harrison Ford kehrt in der Hauptrolle des legendären Archäologen Indiana Jones zurück auf die große Leinwand! Der mit Spannung erwartete fünfte und letzte Teil des gefeierten Franchise führt die Zuschauer in einem großen, tosenden Kinospektakel an verschiedenste Orte rund um den Globus.* Action, Abenteuer, Komödie

Am Dienstagnachmittag trafen sich alle Kino-„Gänger“ am „**Prisma**“ Cinemaxx-Kino in Halle-Neustadt. Leider kamen Tony, Even, Ridwan und Niklas zu spät. Lediglich Rahimi, Hanad (beide nächste Saison 23/24 B-Jugend) und **Mohammad** waren pünktlich.

Leider verliesen einige Spieler das Kino sehr unordentlich. Tüten und Chipsbehälter wurden einfach liegen gelassen, dabei hatte jeder 2te-Platz einen Abfallbehälter. Mo half dem Trainer wieder etwas Ordnung zu schaffen.

Bei der vormittäglichen **Trainingseinheit** am Mittwoch wurde mit großem Eifer trainiert. In diesem Training wurde der Schwerpunkt auf den Torschuß gelegt und die Umsetzung ...



Torschußtraining ...



... Even beim Torschuß

... sollte im Abschlußspiel realisiert werden.



**Trainingspiel:** Im Angriffsmodus ...



... mit fairen Zweikämpfen



....und exaktem Zuspiel.

Am Donnerstagvormittag ging es in die **Saline** zum Baden.



Es herrschten leider nicht Badetemperaturen die im Sommer sonst üblich sind. Das tat den Badelustigen keinen Abbruch. Selbst teilweise heftiger Wind hatte keinen Spieler davon abgehalten in das temperierte Wasser (22°C) zu springen.

Leider war es nicht gestattet Bilder bzw. Videos zu machen, deshalb nur dieses eine Bild nebenan.

Die Wettkampfergebnisse im Überblick (leider ohne Bilder).

**Tauchen:** **Mohammad** 14m; Rahimi 13,5 m; Niklas 10,5m,  
Kereem u. Hanad 9,5m

**50m Freistil:** Niklas 1:21,06 min; **Mohammad** 1:28,63 min

Die Trainingseinheit am **Donnerstag** wurde am frühen Nachmittag absolviert. Beim Torschußtraining wurde besonders Wert auf eine schnelle und technisch einwandfreie Ausführung gelegt. Leider fehlte einigen Spielern der notwendige Ehrgeiz und Wille, die Anforderungen der Trainer, umzusetzen.

**Was ich im Training nicht übe, wird mir im Wettkampf nicht gelingen !!!**



Das Vormittagstraining am **Freitag**, dem Abschlußtag, wurde geteilt. Nach der Erwärmung erfolgte das Torschußtraining. Bei dem andere Trainer erfolgte der Leistungstest.



... Sipan mit dem linken Fuß



... Even und



... Tony gleichfalls



**Mohammad** -rechter Fuß- beim Leistungs-Test

In Auswertung der Fußballwoche erhielten viele Teilnehmer aus den Händen der Trainer eine Urkunde als Anerkennung für ihr besonderes Engagement und Einsatzbereitschaft während der verschiedenen Trainings-einheiten.

**Jetzt gilt es für alle C- Jugendspieler mit Einsatz, Fleiß und Disziplin in Training und Wett-kampf die neue Saison 2023/2024 in Angriff nehmen.**

*„Wer Fußball im Verein spielt, sollte sich nicht nur auf das Mannschaftstraining und die Spiele beschränken, sondern darüber hinaus üben, üben und nochmals üben, um die eigene Technik zu verbessern“.*

**Rudi Völler** ehemaliger Nationalspieler

Ergebnisse Athletik/Technik									
	Name	Vorname	Innenspannstoß 5x rechts/5x links		Slalom mit Ball - 2 x 20 m				
			rechts	links	Platz	Ge- samt	Lauf -sec-	Platz	Ge- samt
1	von Calle	Niclas					25.28	6	2
2	Aldogan	Cem-Ali							
3	Saar	Josephine							
4	Arndt	John	3	0					
5	Arndt	Lenny					22.00	2	6
6	Thomale	Pierre							
7	Amuka Abuuker	Hanad							
8	Ilter	Mahir (Miki)							
9	Sinaci	Doruk							
10	Mammut	Erdem							
11	Rosenheinrich	Tony	4	0			24.18	3	5
12	Fesal	Alabedalsher							
13	Alma	Suheil					30.16	7	1
14	Khalil	Zeed							
15	Frezgi	Even	3	0			21.95	1	7
16	Mohammad	Sipan	2	0					
17	Alahmed	Ali							
18	Khalid	Kareem					26.00	6	2
19	Tungeai	Mamut							
20	Omar	Ridwan	1	0			24.34	4	4
21	Hajo	Mohammad	3	0			24.94	5	3
22	Rahimi	B-Jgd. Wasiqullah					20.99	2 o.W	
23		B-Jgd. Manad					24,77	3 o.W	
24		B-Jgd. Ahmed					19.91	1 o.W	