

Kursus i Indendørs træning



Odense Boldklub inviterer alle interesserede trænere til at deltage på et inspirationskursus i "Indendørs træning"

Sted

Odense Boldklub, Sdr. Boulevard 172, 5000 Odense C

Kursusdag

Tirsdag den 27. oktober kl. 16.30 – 19.30 i OB Hallen

Pris

Kr. 100,- inklusiv en vand. Medbringes på dagen.

Formål

- At forevise træning med mange boldberøringer til ALLE gennem småspil og boldlege
- At forevise og redegøre for konkrete gode spil og boldlege
- At fokusere på det boldtekniske
- At udnytte indendørsfaciliteterne optimalt
- Bevidst at tage stilling til, hvad den ene træningstime pr. uge skal bruges til
- At øvelser og spil tilpasses udviklingstrin

- Du møder omklædt
- U10 er medier den første time
- Kursisterne selv i den anden time
- Der udleveres øvelseshæfte
- Fortæring er for egen regning

Instruktører

John Christensen, DBU



Tilmelding foregår til jakn@ob.dk senest tirsdag den 20. oktober 2009.

Med venlig hilsen

Jan Knudsen

Forretningsfører, Odense Boldklub

4045 7860 (mobil) eller 6591 5765 (kontor)