FODBOLDMAGASINET
Træning
Nr 6. - December 2018 - 62. Årgang

DTU
DANSK TRÆNER UNION

Karina har styr på drengene

BREAKING NEWS

SE SIDE 12

Fodboldmagasinet TRÆNING

Udgiver: Dansk Træner Union

Ansvarshavende redaktør
Torben Bo Harder
Jasminvænget 6
5000 Odense C
Tlf: 60 63 52 62
redaktion@dtunet.dk

Design:
Robert Djervad
Tlf. 28 19 91 16
Webmaster@dtunet.dk

Formand DTU
Jørgen Hansen
Kronhjortløkken 242
5210 Odense NV
Tlf: 65 94 24 91
jph@dtunet.dk

Retsudvalget
Johnny Kristensen
Tlf: 22 90 34 61
jk@dtunet.dk

Annoncer
Johnny Kristensen
Tlf. 22 90 34 61
jk@dtunet.dk

De i bladet forekommende meninger tilkendegiver ikke nødvendigvis DTU 's officielle standpunkt. Eftertryk er kun tilladt med tydelig kildeangivelse. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte og redigere eventuelle indlæg. Artikler og andet materiale til bladet modtages gerne pr. post, cd-rom eller på mail.

Det er temmelig vemodigt at skrive disse linjer, for det blive den sidste udgave af "Træning", sådan som du kender det. Ikke bare for i år – men nok for altid.

Inde i dette nummer, kan du læse mere om, at vi allerede fra januar, 2019, lancerer en hjemmeside i et nyt udseende og samtidig siger et ærbødigt farvel til det sammenhængende, elektroniske "blad" – som du, trofaste læser, har kendt i en årrække.
Det er en ledelsesmæssig beslutning at komme med en række fodboldfaglige artikler og nyheder fremover, der udelukkende popper op på hjemmesiden, næsten før blækket er tørt – og således ikke er bundet af redaktionelle deadlines – men så at sige kan leveres fra dag til dag, eller fra time til time.

Vores faste webmaster fortsætter sit flotte arbejde og der er knyttet endnu en intern medarbejder til hans ansvarsområde.
Det skulle sikre kontinuiteten og det "flow" i strømmen af fodboldnyheder, der bør kendetegne en moderne hjemmeside i en stærk organisation som Dansk Træner Union. Så jeg tør godt love, at du har noget at glæde dig til – selvom dit ene øje, måske, græder ved udsigten til at december-nummeret her bliver det sidste.

Vi slutter med manér: Der er spændende artikler om ildsjælen i Askov og et helt nyt fodboldfirma, der har en talentfuld gambianer som ophavsmand. Der er vel ikke mange kvindelige trænere, der herser rundt med nogle vilde drenge på 15-16 år, men vi har fundet, foreløbigt, én. Hendes navn er Karina Nygaard og hun er træner for Fraugde IF´s U16-drenge.

De populære træningsøvelser, skal ingen træner snydes for, så de er også med i dette nummer. Og allerede på side 2, kan du læse, hvad der gjorde mig så befriende glad en eftermiddag i november. Så på med Nytårs-hatten og læs dette ikoniske nummer af "Træning" – bladet for den seriøse træner!

Vi samarbejder med

SAMARBEJDSPARTNERE

winther Sport & Fritid

SKÆRBÆK Fritidscenter
www.kursus-fritidscenter.dk

BOLDTOUR & event

MIDTBUS Jylland

DEUTSCHER FUSSBALL-BUND

S.P sports pharma

FLICK[BALL]
3D TACTICS &FOOTBALL GAME

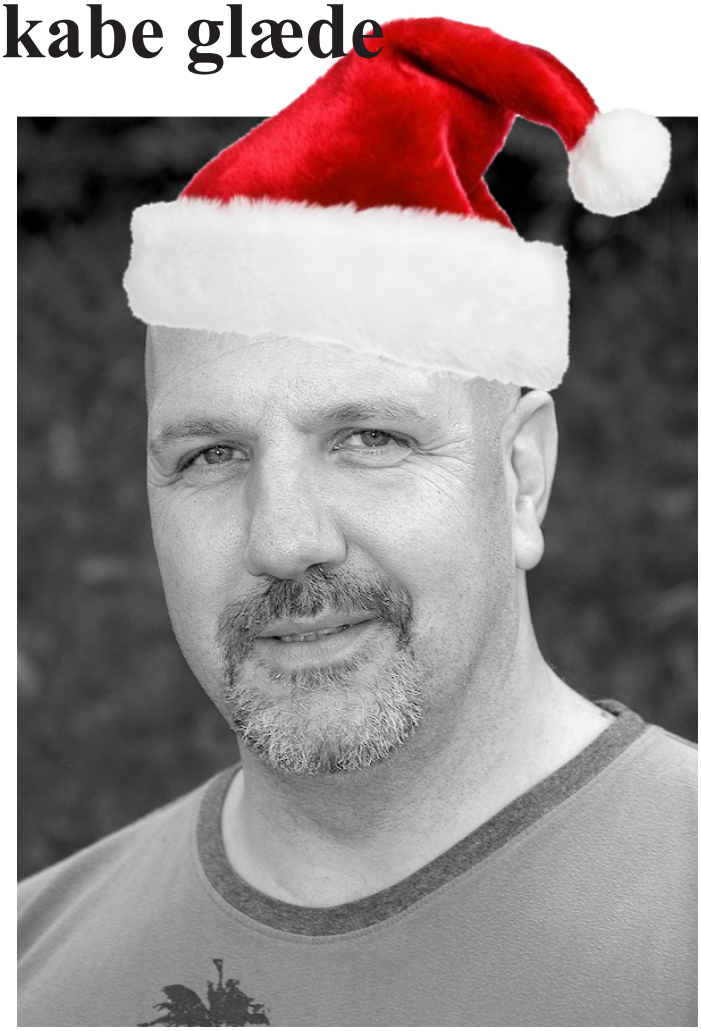
Taktifol

SPORT & Profil
KLUB & ERHVERV
www.sportogprofil.dk

DANISH SPORTS TRAVEL

Vil du også være en del af teamet
Kontakt os og hør nærmere om vores
samarbejdspartnerkoncept

Fodboldspillet skal skabe glæde



Redaktør Torben Bo Harder

For nogle uger siden, havde jeg fornøjelsen at være fodbolddommer for nogle herlige drenge ved et U10-stævne på Nordfyn.

Jeg har fået 5 års-nålen som dommer for DBU Fyn, men må indrømme, at jeg er kommet noget sent i gang med dén weekendtjans, der indtil videre overvejende har budt på gode oplevelser, masser af frisk luft i det skiftende, danske vejrlig og god motion til min trinde krop.

Faktisk var jeg i ungdomsårene holdkammerat med Claus Bo Larsen på et ynglingehold, der senere blev Fynsmestre – og hvor Claus og jeg ”ryddede op” i hver sin side af den defensive midtbane.
Efter Fynsmesterskabet i 1984 og da den sidste skvat Champagne var tørret væk fra mundvigen, forlod Claus Bo Larsen nærmest lydløst holdet og gled over i dommergerningens trofaste rækker, hvor han endte med at blive en af Danmarks vel allerbedste internationale topdommere og i den hjemlige Superliga, blev han fortjent kåret til ligaens bedste et par gange eller tre.

Men tilbage til Nordfyns-hallerne, hvor især ét hold og én træner, fangede min stille opmærksomhed denne eftermiddag i midten af november.

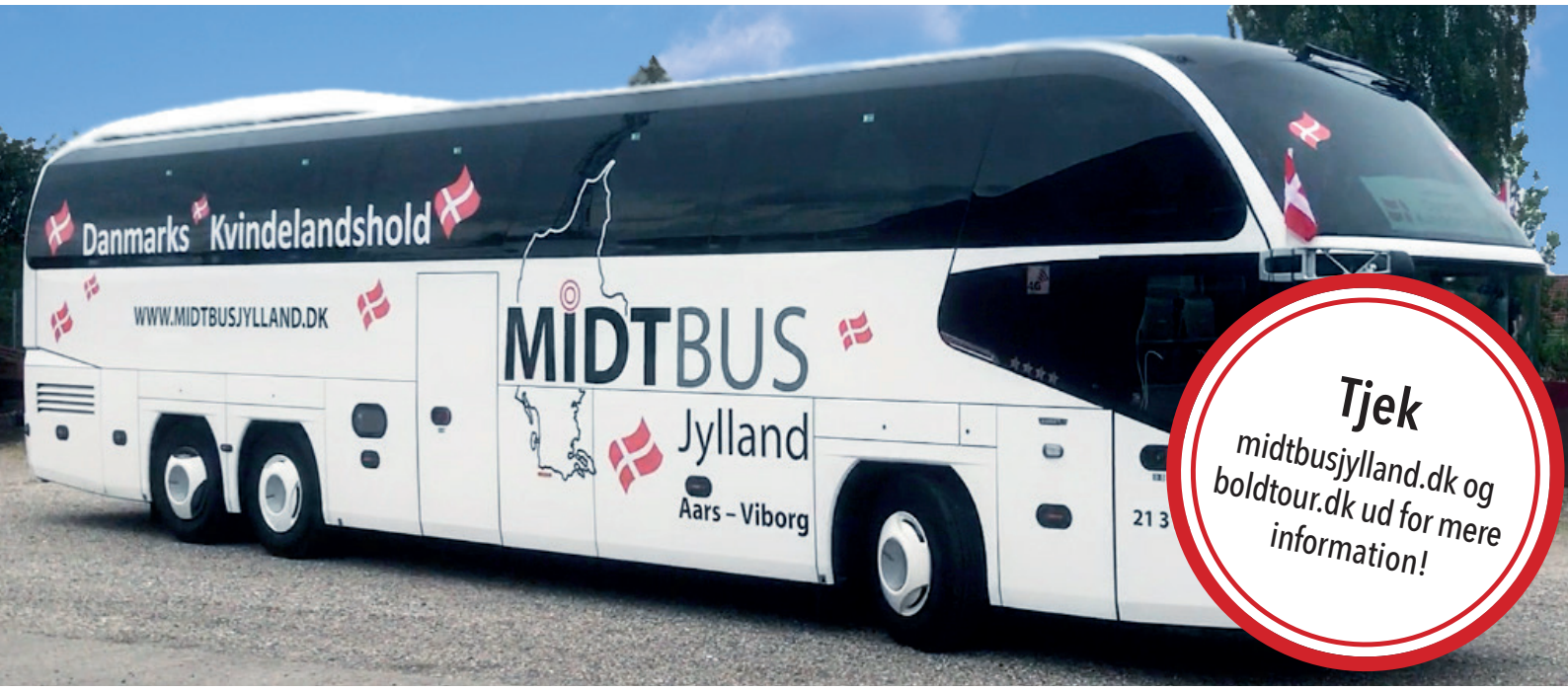
Drengene var ”hårdt inde i varmen” og asede på, det bedste de havde lært, for at holde både modstandere og bold væk fra eget målfelt. Og i den alder er præcision og timing nogle flyvske faktorer, uanset hvor meget man holder tungen lige i munden i det hæsblæsende tempo, der lægges for dagen.

Ved sidebanden, gav deres træner dem sine instrukser og frem for alt opmuntrende tilråb og megen ros!
Drengene kvitterede ved at flyve rundt efter bolden, så det nærmest gav minder om en vis ”plæneklipper” på det danske landshold i 1990´erne.

De ”voksede” kamp for kamp – takket være trænerens entusiasme og ros og på trods af de temmelig svingende og svigtende resultater. Han svigtede ikke sine drenge!

Således kom fodboldspillet til at skabe glæde i dem - og hos mig.
Det var slet og ret en udtalt fornøjelse at være upartisk vidne til hans trænerarbejde og fine mandskabsbehandling. Holdets bedste resultat blev 1-1 i en af de sidste kampe. Resten tabte de med fire eller flere mål. Men de var dejligt ligeglade, for der var altid ros og optimisme fra den træner, jeg endte med at rose – efter stævnet.

"Når store oplevelser kun er en køretur væk"



Klar til eventyr? Uanset om du er til fodbold i Dortmund eller Wozniacki i Parken, så står Midtbus Jylland A/S og Bold & Event Tours altid klar til at levere din næste rejseoplevelse. Med mere end 80 busser og 100 ansatte kan vi løse alle opgaver inden for personkørsel, og vi sørger gerne for det hele (hotel, billet, bus… you name it!), så du kan bare læne dig tilbage og nyde turen.

Har du en fed idé? Så råb højt! Vi laver også rejser efter ønske til både foreninger og større grupper.

VIP CLASS

MIDTBUS Jylland

BOLD & EVENT Tours

HERREDSVEJEN 106 | DK-9632 MØLDRUP | TLF: 2131 2131 | MAIL@MIDTBUSJYLLAND.DK

En del af noget mindre

Langt de fleste børn begynder at spille fodbold i en klub. Spillet er så simpelt, at alle fra helt lille kan være med. Hvem kan lade være med at sparke til en bold, som ligger foran dem?
Håndbold, badminton, trespring osv er langt sværere at gå i gang med. Børnene elsker at spille fodbold overalt, for reglerne er så simple. Man markerer to mål, laver to hold, hvor der er plads til alle, ligegyldigt om man er 8 eller 20 deltagere. Sjovest er det, når begge hold scorer nogle mål.
Alt klares uden træner og dommer.

Klubtræning
Når forældrene så synes, man har godt af at komme til at spille i en klub, bliver man inddelt efter, i hvilket år man er født, men heldigvis sammen med dem man går i klasse eller børnehave med.
Man får også en træner, som mener, at man skal træne afleveringer stående, drible omkring nogle kegler, skyde på mål med en bold, der ligger stille, eller træne indkast.
Det føler træneren han skal gøre, for han har været på kursus, og forældrene og klubbens ledere ville også nok mene, at han slipper for let om ved det ved blot at lade spillerne udvikle sig gennem spil.

De gode og de knap så gode
Har man mange spillere, og de er blevet 10 – 12 år, bliver klubben og den ene træner nok enige om, at det er bedst at dele spillerne i 1.-hold og 2.-hold, så de træner hver for sig med hver sin træner.
Træneren for det bedste hold får lidt penge samt en træningsdragt for sit arbejde, og for at udvikle spillerne endnu mere her i den "gyldne læringsalder", fylder den tekniske træning endnu mere af tiden – ofte sådan at delelementer

Formand Jørgen Hansen

fra kampen trænes i en forudsigelig situation langt væk fra kampsituationen. Træneren har også hørt om skabelontræning.
Træneren for 2.-holdet får en træningsdragt og får at vide, at det nok er bedst, at han lader spillerne spille på to mål det meste af tiden.
Skulle der af en eller anden grund mangle en spiller på 1.-holdet, forventer man, at 2.-holdsspillerne ville juble for at komme med på 1.-holdet. Skulle der være en spiller for meget på 1.-holdet, er det vel ok, at han melder afbud til at spille på 2.-holdet.
Så længe man er barn, lever man mere i nuet og glæder sig over, at man har det sjovt lige nu.
Synes man, det er sjovt at spille "gadefodbold", kan man jo bare gøre det i skolen. I klubben accepterer man, at det er træneren, der bestemmer, for det vigtigste er at gøre noget sammen med kammeraterne fra skolen.

Som teenager
Når man bliver teenager, ser man måske dilemmaet mellem eget ønske om at udvikle sig til en bedre fodboldspiller ved at spille fodbold to hold mod hinanden men med valgt fokus og trænerens ønske om at dissekere spillet op i mindre bidder, som så trænes langt fra en kamplignende situation f.x. driblebane mellem kegler, afleveringer stående m. yderside, inderside, bedste fod osv.
De unge får ikke brugt deres energi, og de ser ingen forbindelse mellem træning og kamp.
Trænerens opgave er så at gå på kompromis og udvikle spillerne gennem spil. På engelsk: crossing the bridge (at forene træning og kamp).

Teenageren skal definere sig selv
Som teenager skal man også opbygge sin identitet dvs Hvem er jeg? Nogle spillere bliver – også inden teenagealderen – udvalgt til talenttræning. Så de kan præsentere sig som "en talentfuld fodboldspiller". De øvrige næsten 95% er det så ikke - ej heller dem, der bare skal bruge et par år mere, inden deres talent kommer i fuld flor, tænker de. I teenagealderen er man ikke så bundet af sine klassekammerater, så mange har ikke svært ved at finde nye omgangskredse, hvor de kan finde en anden rolle end at være fodboldspiller.
Tage langt væk på en musikefterskole, satse mere på skolegangen, være mere tid sammen på en uforpligtende måde med kammeraterne, opdage, at piger ikke bare er nogle irriterende nogen, få et fritidsarbejde eller bruge masser af tid på de sociale medier.

Hjælp til at bevare teenagerne i klubberne
Er man fodboldtræner på eliteniveau i ungdomsafdelingen er den fodboldfaglige viden langt det vigtigste, for spillerne et "tunet" ind på miljøet; men er man træner på alt under eliteniveauet skal man også have den fodboldfaglige viden, men man skal samtidig

have fornemmelse for og viden om kulturen blandet de unge.
Kan man få organiseret en form for træning, hvor ikke bare træneren men også spillerne ser et resultat af træningen i næste kamp er meget nået. De unge har energien, som skal brændes af efter en hel dag siddende, men de har samtidig viljen til at få det til at lykkes. Det skal ikke bare være træneren, der har planen. Det skal være alles plan.

De unge har ikke tid til træningen, siger nogle. Prøv at se, hvor mange timer, de bruger hver dag på de sociale medier! Skulle der ikke være tid til træning to gange om ugen, specielt hvis man bliver i den klub, som ligger tættest på en.

Skal vi bare acceptere situationen, som den er nu, eller findes der folk, som har viden og erfaring til at justere kursen?

Har du forslag til, hvem der skal være Årets Jyske Træner 2018, bedes du sende navn samt begrundelse til
Michael Brandt mb@dtunet.dk

Bliv en endnu bedre målmand!

Med EuroGoal 1000 træningsmaskinen

Kontakt os for yderligere information

tel 7584 0533 | sportspharma.dk

Se vores EuroGoal 1000 målmands-træningsmaskine i brug på:

YouTube channel: www.youtube.com/watch?v=1R1PcHtKAKQ

Hårde skud og bløde skud fra -10 til mere end 140 km/t : Skud uden skru : Skud med skru og venstre eller højre bræk (Magnus effekt) : Skud med Top Spin : Skud med Back Spin

sports pharma

sports pharma as | tel 7584 0533 | sportspharma.dk

Karina instruerer spillerne

Fodboldglæden er tilbage i Fraugde

For bare et lille års tid siden, så det sort ud for den lille fynske landsby-klub Fraugde GIF. På U15-holdet forsvandt 6-7 spillere og holdets overlevelse var uvis. Men så trådte Karina Nygaard, der er mor til en af spillerne, ind ad døren og stoppede den kedelige udvikling. Læs her, hvordan!

Af Torben Bo Harder

Hun havde længe været moderligt bekymret for sønnens Gamer-tilværelse, der i en længere periode betød nedrullede gardiner, alt for meget cola, alt for meget Play Station og meget lidt frisk luft.

Pludselig en dag, tog knægten så afsted til fodbold med sine kammerater fra skolen og han bed sig hurtigt fast på holdet som angriberen, der kunne sparke bolden i mål. Han var 14-år og havde aldrig, sådan for alvor, spillet fodbold på seriøst plan.
Og uro med skiftende trænere var tæt på at betyde, at Mathias og kammeraterne snart ville miste lysten til fodbold helt. Da den sidste træner gik, skred et halvt hold samtidigt den samme vej.
En ny træner forsøgte at samle stumperne og man sled sig igennem en halvsæson med lige nøjagtigt 11 spillere i form af 10 drenge og én modig pige – og så smed også den nye træner tøjlerne kort før julen 2017. På dét tidspunkt var Mathias´ mor, Karina Nygaard, Assistenttræner for holdet – og nu indså hun, at der måtte noget godt, gammeldags Girl Power til for at redde den synkende skude.

Hun startede med at "lægge sig fladt ned" og fortælle drengene, og den modige pige, at hendes fodboldevner og fodboldviden, samt erfaringerne med at være en effektiv træner, var ganske begrænsede. Til gengæld lovede hun dem, at hun ville komme hver gang og bakke op – og så bad hun ellers drengene om at byde ind med øvelser til både opvarmning, træning og udstrækning.
Det styrkede sammenholdet, at flere nu skulle være medbestemmende. Den tidligere ubehagelige stemning var væk og drengene turde nu sige deres mening.
I takt med den gode udvikling, vendte flere og flere spillere tilbage til klubben – hvor et hårdt og drøjt forår i 2018, med bare 11 spillere til rådighed i kampene, havde taget på både kræfterne og humøret.

Karina Nygaard på 39 år, studerer til dagligt til Ergoterapeut og fortæller, at hun er blevet taget utroligt godt imod som holdets nye træner. Hun har gennemført C1 og C2 i sin træneruddannelse – og hun har planer om flere kurser, der kan udvikle hendes åbenlyse talent for at styre nogle ivrige teenagedrenge.

Da Karina tog over, var sammenspillet "en by i Rusland". Det er totalt ændret. I dag spiller Fraugdes

Fælleskab

U16-hold som ét hold og ingen på eller omkring holdet er i tvivl om, at det er Karina, der bestemmer! I sidste sæson betød det hårde arbejde på træningsbanen en samlet 3.plads i tabellen. Og det er en præstation som Karina Nygaard rettelig er stolt af.

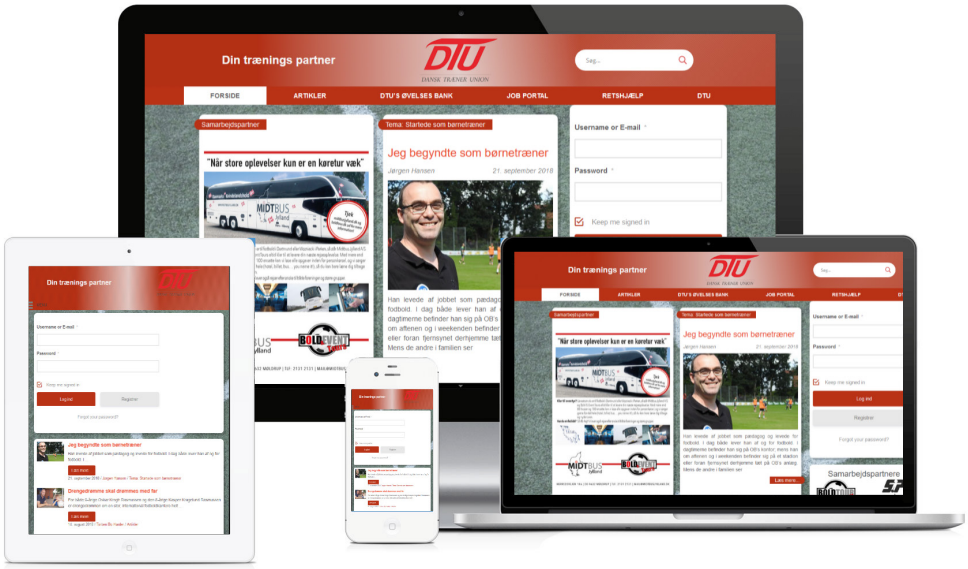
”Så længe drengene er hér, så er jeg her også”, smiler hun. Der trænes mandag og onsdag det meste af året og så spiller man kamp i weekenden. Om vinteren holdes formen ved lige med en omgang lørdagstræning i den lokale hal.

Truppen tæller aktuelt 16 drenge og så en ny spiller, der ventes også at glide ind på holdet som en god forstærkning, efter endt prøvetræning. ”De nye spillere tiltrækkes af fællesskabet”, fortæller Karina. Hun synes, at det drejer sig om at have det sjovt og hyggeligt, samtidigt med at man spiller godt fodboldspil. ”Vi er en breddeklub, fortsætter hun, og jeg har god opbakning fra en anden forælder og fra min familie derhjemme”.
I Fraugde GIF får spillerne ikke udenlandsrejser og dyre støvleordninger. Her er der til gengæld ture til Svendborg Badeland med efterfølgende pizza og gyserfilm i klubben at se tilbage på.
Champions League-finalen så holdet også sammen, mens de voksne passede grillen udenfor.
Og så har holdet lige fået nye træningsdragter, hvor hver spiller har sit eget navn printet på ryggen.

De har selv tjent hver en krone til tøjet.
Men først og fremmest har holdet omsider, i Karina, fået en træner, der vil dem og som smilende finder sig i at blive kaldt ”mor” af de fleste af drengene. En stolt, kvindelig træner, der følger med i engelsk fodbold – og især følger Manchester United sammen med sin fodboldglade søn – så tit tiden tillader det.

Karina fremhæver dog også det danske kvindelandshold i fodbold som hun synes gjorde det rigtigt godt og har svært ved at forstå de fordomme, der stadig er om kvindefodbold og kvinder i fodbold – fordomme som hun indimellem stadig støder på. ”Modstanderholdenes mandlige trænere har nu taget rigtigt godt imod mig”, slutter hun grinende.

Lørdagstræning



Du får ny hjemmeside!

Af Robert Djervad

Vi er startet på at bygge **DIN** nye DTU hjemmeside og vi vil gerne tilbyde dig det bedste værktøj til din træner gerning.

Den nye hjemmeside gør at du kan tage den med ud og bruge hjemmesiden der hvor du har brug for den, den tilpasser sig den enhed du bruger, om det er derhjemme ved den store skærm eller om det er på din smartphone.

DTU har gemmen mange år leveret øvelser til dig og det fortsætter vi med! På den nye side vil du nemmere kunne søge specifike trænings øvelser der passer til det behov du står og har lige nu! Du kan også se din historik på de øvelser du tidligere har hentet.

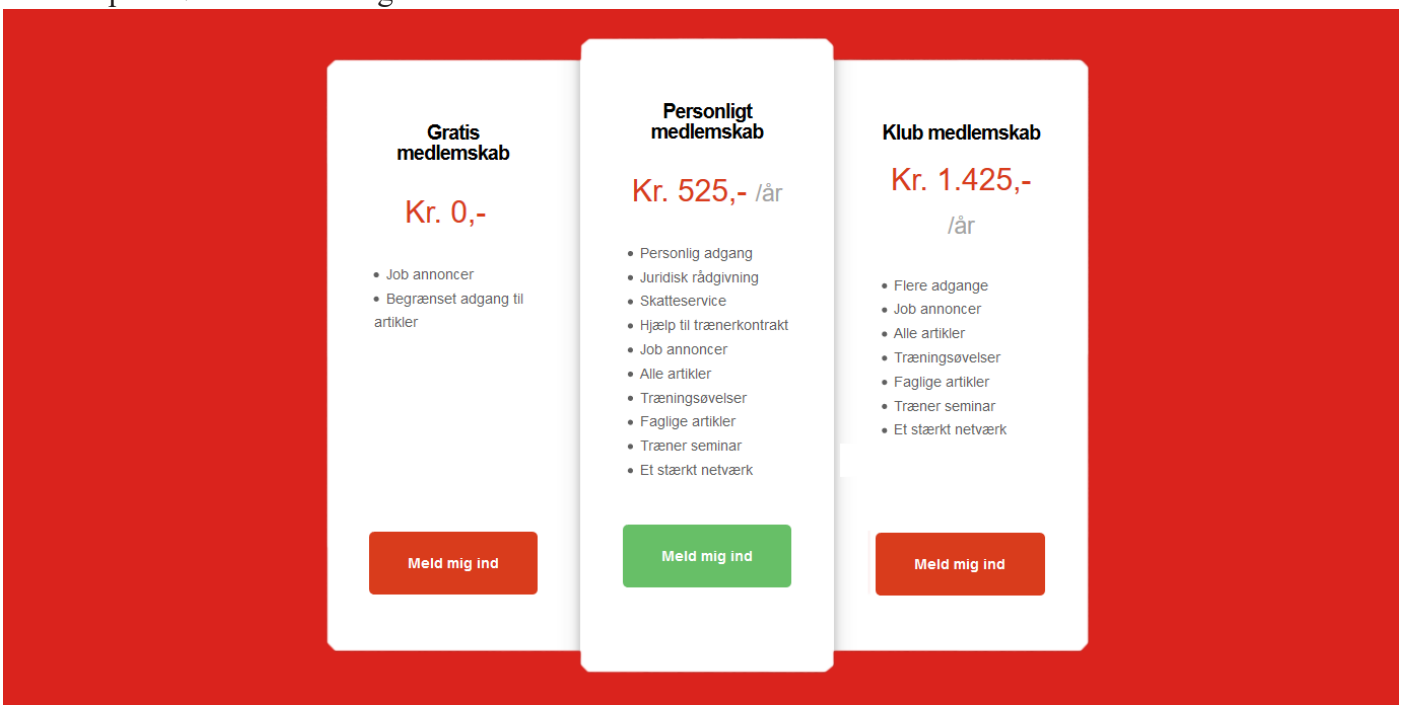
Du vil finde nutidige faglig artikler på siden uden at behøve vente på at der udkommer et blad.

Da dette er **DIN** side, vil vi meget gerne have forslag til hvad hjememsiden kan gøre for at gøre din træner-gerning nemmere, hvad mangler du der vil gøre dette til **DIT** værktøj eller informations portal.

Skriv en mail til webmaster@dtunet.dk så vil vi se om vi kan opfylde dit behov!

Når vi kommer nærmere release datoen vil vi give dig nærmere information.

Husk at få at få ovennævnte fordele skal du være betalende medlem.



Bakary jubler over endnu en scoring

Bakary is back in Business

Bakary Bojang har hamret mål ind på stribe for flere fodboldklubber rundt om i verden. For nyligt, vendte han hjem til Danmark og fandt en lille niche med sit fodboldtræningsfirma "1V1-skills", der tilbyder effektiv træning til spillere, der ønsker at forbedre deres evner på en fodboldbane. Vi mødte Bakary på træningsanlægget til en snak om hans fodbold-liv.

Af Torben Bo Harder

Han har været hele karriere-turen rundt. Fra Odense over Færøerne og til Oman. Det vender vi tilbage til. Lige nu står han, denne råkolde aften i november, 2018, og har afsluttet endnu en træning med en ung, håbefuld ungersvend, der gerne vil blive en bedre fodboldspiller. Bakary Bojang er manden bag et helt nyt træningskoncept i Odense. **"1VS1-skills"** tilbyder personlig træning til unge og ældre spillere. Målet er at opbygge den komplette Allround-atlet.

En spiller, der teknisk, fysisk, psykisk, taktisk og konditionelt kan bidrage til sit hold med en unik præstation. Der er også fokus på spillerens kost og på at træne netop de færdigheder den enkelte ønsker. Den yngste spiller, Bakary har trænet, i dette nye koncept, var 7 år og den, foreløbigt, ældste 23 år. Bakary ønsker kun at træne op til, maximalt, 4 spillere ad gangen i denne koncentrerede form for træning. Som spiller kan man vælge et enkelt træningspas til 450,- eller både 5 eller 10 gange træningspas til henholdsvis 1750,- eller 3000 kr. Derudover tilbyder han også en pakkeløsning til klubber.

Men for 20 år siden, løb en ung Bakary på 11 år rundt på en støvet jordvej i Gambia og drømte om en professionel fodboldtilværelse uden for kontinentet. To år senere befandt han sig hos sine forældre i Danmark. Og inden han så sig om, var Bakary én af B1913´s meget talentfulde Ynglingespillere i ligaen. Han blev hurtigt kontaktet af Tommy Møller Nielsen, der dengang havde ansvaret for B1909´s daværende 2. divisionsmandskab, og kontrakten med Vollsmose-klubben kickstartede Bakary Bojangs karriere.

Han var hurtig, opfindsom og uortodoks nok i sit spil til at lave mål på samlebånd i tiden i "den røde klub". Prøv bare at spørge i både Herfølge og Varde, der vidst aldrig glemmer mødet med

Der arbejdes med spillerens temposkift

den gambianske angriber. Da B1909, B1913 og Dalum dannede sammenslutningskonceptet FC Fyn, blev Bakary en naturlig del af den fynske trup, hvor forventningerne var høje og drømmene store.

Roald Poulsen var cheftræner og trods et solidt kendskab til og en forkærlighed for afrikanske spillere, meddelte han Bakary, at han havde de angribere, han skulle bruge – og, at Bakary kun ville være fjerdevalget blandt disse. Det hverken ville eller kunne den ambitiøse, unge mand jo leve med, så turen gik til OB, hvor det, de næste 5 sæsoner, blev til en del kampe for Superligaholdets reserver og kun sporadisk optræden på klubbens bedste hold.

Én enkelt halvsæson i Næsby Boldklub blev det også til, under tiden i OB. Derefter var det blevet tid til et engelsk eventyr for Mr. Bojang og fuldtidsprofessionelle ophold og kampe i Tranmere Rovers, Hartlepool og Thamworth FC, blev det til i de følgende år. Herefter returnerede Bakary til Danmark, men det blev et ultrakort ophold, for en uge efter befandt han sig i en flyver på vej mod færøsk fodbold. En ven, der tidligere havde spillet sammen med Bakary, havde haft ringet og opfordret den unge afrikaner til at komme højt mod nord til klubben B71 Sandoy. Bakary Bojang tog den udfordring op og fik en kontrakt, men formåede ikke at redde klubben fra den truende nedrykning.

Tiden på Færøerne, husker han dog tilbage på med stor glæde. ”Tiden og roen deroppe var lige, hvad jeg trængte til på dét tidspunkt”, smiler han. Efter nedrykningen, blev Bakary kontaktet af en agent, der ønskede ham til en klub i Oman.

Bakary instruerer den ambitiøse spiller

Kursen blev nu sat mod sol, varme og ørkensand i Mellemøsten og mødet med en ny fodboldkultur. Efter kun 6 kampe, måtte Bakary Bojang lade sig udskifte med en alvorlig skade, der ødelagde store dele af 2013-sæsonen for ham.
Tilbage i Danmark, kom han i kontakt med Middelfart uden dog at nå til enighed med klubben ved Lillebælt.

I stedet gik turen til Sydfyn, hvor Bakary tørnede ud for Svendborg i tre sæsoner, indtil konkursen i 2017, satte en brat stopper for lyst og vilje til yderligere fodbold på de præmisser. ”Men det var nu også en god tid i Svendborg”, slår Bakary fast og ærgrer sig over, at det endte som det gjorde.

Ja, man tror nok det er løgn, men B71 henvendte sig faktisk igen og stod denne gang klar med et trænerjob for klubbens 1. hold til den fortabte søn. Og Bakary tøvede ikke, men tog straks mod Færøerne endnu en gang. Denne gang, havde han sin kæreste med og fra januar, 2017 til juli, 2018, fungerede han som træner for det hårdtprøvede mandskab i Sandoy.

Herefter, blev han kontaktet af B1909, der stadig havde divisionsdrømmene intakte og ønskede Bakary indlemmet i 1.holdstruppen. Hvis Bakary var en indædt vindertype, da han var ung i den gamle årstalsklub, så ser han mere sig selv som teknisk stærk i dag. Og ambitioner har han stadigvæk, hvis han kan undgå skader og kroppen kommer i god form igen.

Hans personlige drøm er at udvikle spillere. Men Bakary afviser ikke, at et trænerjob godt kan komme på tale igen.

Han er optimistisk omkring sit nye fodbold-firma og har investeret mange penge i det helt rigtige udstyr, der kan optimere enhver spiller. Næste step for ham, er at få en A-licens på træner-cv´et.
Bakary véd godt, at han er et forbillede for de unge drenge.
De vil utroligt gerne have hans opmærksomhed.
Men det kommende bryllup, i sommeren 2019, begynder også at fylde en del og Bakary vil også gerne være et forbillede for sin kone og deres nystiftede familie.

Det er vigtigt, at udstyret sidder korrekt

FREMTIDENS KOMPLETTE TRÆNINGSSYSTEM

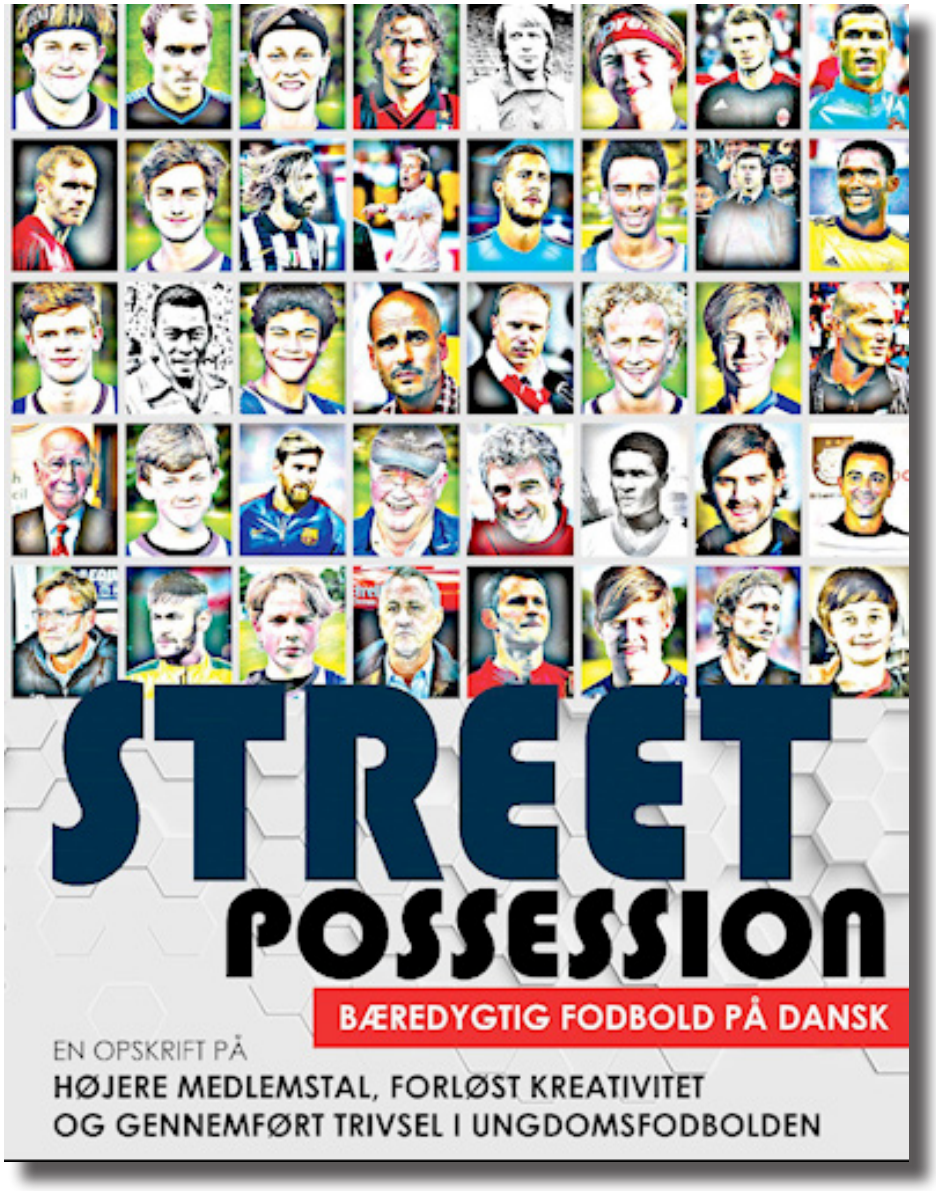
winther
Sport & Fritid
www.winthersport.dk

STREET POSSESSION
- en bog af Henrik Mølbjerg

Af Jørgen Hansen

-I have fun like a child in the street. When the day comes when I'm not enjoying it, I will leave football. Citat af Lionel Messi.

-I trained 3 – 4 hours a week at Ajax when I was little but played 3 – 4 hours every day on the street. So where do you think I learnt football? Sagt af Johan Cruyff.



Sådan elsker børn det

Alle børn kan lide at spille fodbold. Om det så kun er en gade (STREET), skal de nok få organiseret to mål, og en bold har alle jo. Alle kan være med uanset alder og evner, og det gælder om at få fat i bolden, så man kan gøre noget med den (POSSESSION), så man kan slutte af med at score et mål. Når man bliver kaldt ind til spisning, tænker ingen på resultatet. Har man haft det sjovt, kommer man igen næste gang.

Næste gang kan man måske lykkes med en heading, et skud eller en dribling, som man ikke lykkedes med i dag. Men næste dag er alt nyt. Ingen situationer er som dagen før, så man må bruge sin kreativitet og sin intuition – alt sammen under tidspres, for alle vil jo gerne have bolden.

Sådan gør trænerne det

Når børnene spiller i en klub, er det trænerens fornemste opgave at videreudvikle børnene fra det, de er, de kan og det, de elsker, så de lykkes med mere, når de spiller på to mål.

Sådan startede det for Henrik Mølbjerg, da han begyndte med sit U-9 hold. Drengene blev ældre og han måtte videreudvikle sig som træner og tog på DBU's kurser. Det, han lærte på kurserne, passede måske godt nok til trænere i eliteklubber, men for ham som træner i en græsrodsklub skabte læringen dårligere præstationer blandt spillerne og oven i købet til nedrykning til lavere række.

Henrik lærte at dissekere spillet op i nogle færdigheder, som skulle trænes isoleret evt. med kegler som modstandere helt væk fra en kamplignende situation.

Alle kender situationerne, hvor to spillere afleverer til hinanden med bedste fod, med svageste fod, med retningsbestemt tæmning + aflevering, på første berøring osv. osv.

Og så kan man endelig spille på to mål de sidste 20 minutter ofte uden fokus på det trænede.

Opråb fra en træner ude på banen

Fortsætter denne træning også, når man bliver teenager, så kan Henrik Mølbjerg godt forstå, at man holder op med at spille fodbold, når der pludselig viser sig andre attraktive ting som fx fritidsarbejde, piger, efterskole og fester.

Børnene vil bare spille fodbold på to hold mod to mål. Den gode fodboldlærer/-træner vil bare udvikle spillerne til at blive bedre.

I politik må man indgå mange kompromisser. Det samme

Henrik Mølbjerg

må træneren og spillerne. Han udvikler dem, når de gør noget, som de finder sjovt.
Henrik Mølbjerg træner nu U-16 i Hjørring I.F., og den klub får nu gavn af erfaringerne fra det tidligere job som træner fra U-9 til U-16, så det er en træner, som selv har stået i problematikken med at være træner for ungdomshold. Han er endog meget bekymret over det store frafald af spillere i disse årgange, og det bliver kun værre og værre, hvis vi som klubber og trænere bare giver udenforstående faktorer skylden i stedet for at agere selv.

Træning for eliten styrer træning for bredden

De få dygtige spillere, som ved de tilhører eliten skal nok klare sig, men der er også et behov for, at der er en stor mængde, som eliten skal findes blandt, og så er der endelig et stort behov for, at der er respekt, udviklingsmuligheder og omsorg for dem, som ikke tilhører eliten inden for fodbold, men har helt andre visioner og drømme.
”Street possession” af Henrik Mølbjerg er især skrevet til folk, som beskæftiger sig med fodbold i teenage-årgangene. Både for trænere og klubledere, som skal få hverdagen til at fungere, men også for DBU-instruktører og DBU-ledere, som lægger rammerne for arbejdet med både eliten og græsrodsspillere.

Inden man køber den 358 sider tykke bog skulle man måske lige høre et radiointerview med Henrik Mølbjerg:

Se interviewet ved at trykke på billedet herunder.

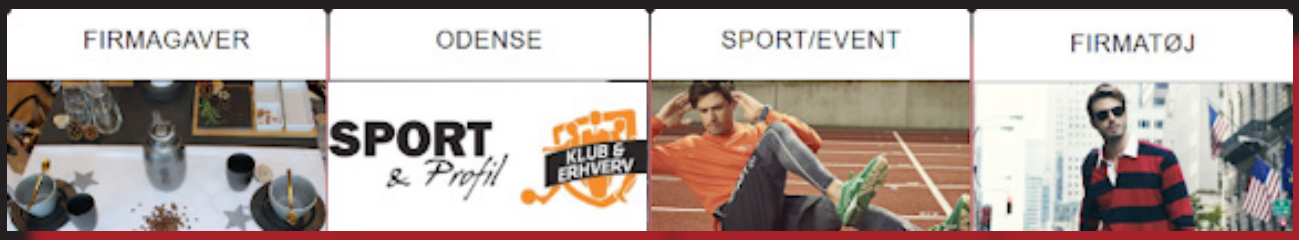
Sport & Profil
Odense Holkebjergvej 75
5250 Odense SV
66 13 40 32

Har man som klub, forening eller firma brug for at profilere sig over for kunder, samarbejdspartnere eller medlemmer, kan en kontakt til Sport og Profil være en god investering. En samtale om behov, pris og kvalitet kan måske åbne op for muligheder, som man ikke selv havde tænkt på.

Firmaerne har brug for at profilere sig gennem det rigtige tøj til medarbejderne, og de ansatte har brug for tøj, som det er behageligt at arbejde i.

Klubber, foreninger og efterskoler har brug for at markere deres fællesskab gennem ens påklædning, hvor en snak i butikken måske lige kan skaffe det tøj, som viser detaljen, der gør tøjet unikt for netop denne forening.

Sport og Profil kan ligeledes tilbyde et kæmpe stort udvalg af gaveartikler til jubilæum, julegave, fødselsdag, "tak for godt samarbejde" osv. til priser i alle lag.



Hos Sport og Profil

finder du en stærk og bundsolid samarbejdspartner som har masser af brancheerfaring.

Vi tilbyder totale konceptløsninger til virksomheder og efterskoler samt klubber/foreninger.

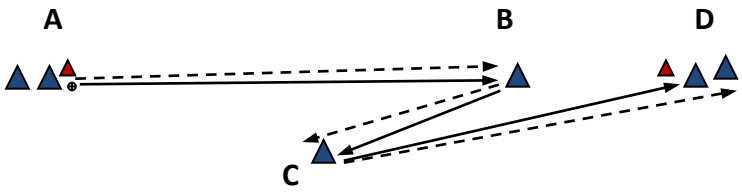
Vi bestræber os altid på at give den bedste rådgivning og sætter stor ære i at levere et godt stykke arbejde for vore kunder.

Altid konkurrencedygtige priser når du handler hos Sport & Profil, ydermere sikrer vi os altid at kunden inden afgivelse af ordre har fået kyndig vejledning.

Besøg Vores showroom i Odense. Ingen opgave er for lille !!!

Vi samarbejder bl.a. med fodboldklubberne Næsby, Dalum, B1909, Fjordager, Marienlyst og Sanderum.

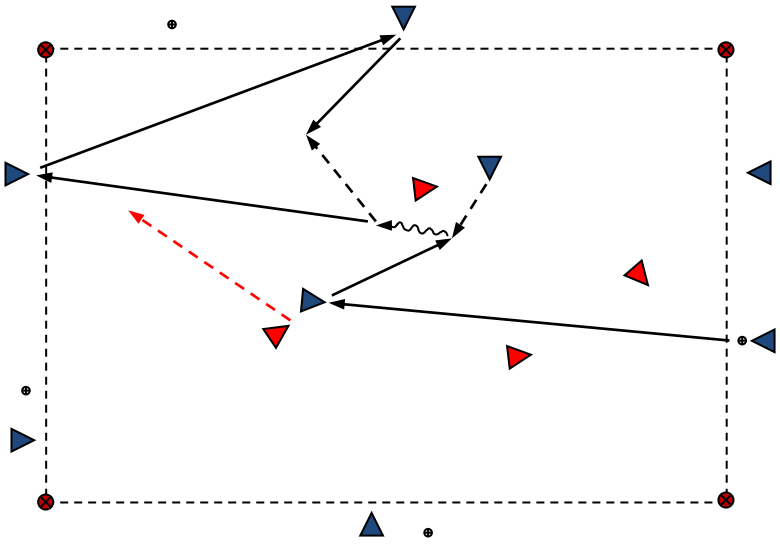
Spille i dybden under opbygningen af spillet for 14 spillere inkl. 2 målmænd.



Øvelse 1.

Aflevering i dybden og lægge bolden af.

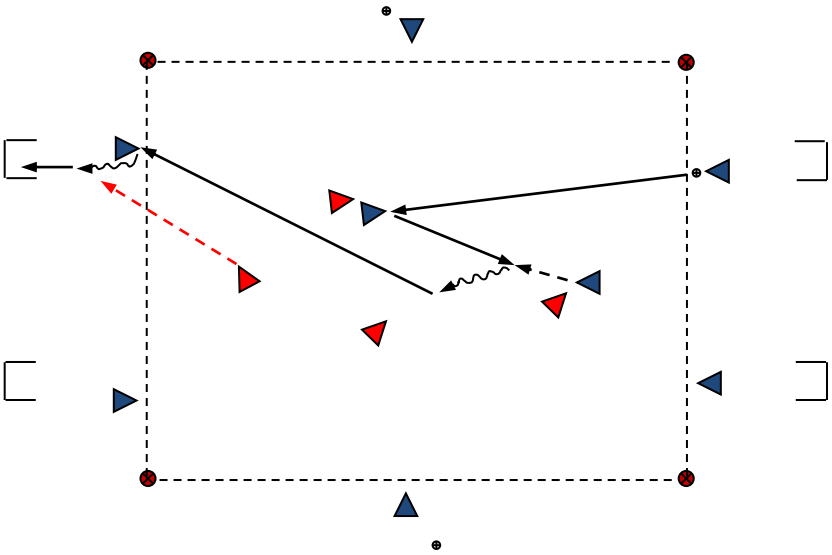
Organisation og forløb:
Afleveringsøvelse med 6 spillere. Afstand mellem A og D ca. 22 meter.
1 spiller ved B og C, som står lidt forskudt, og 2 spillere ved A og D.
A har bolden, spiller til B, der lægger af til C.
C spiller dybt til D.
A løber til B, B til C og C til D.
D spiller til C (som nu modtager dybdeafleveringen) retur til B osv.
Fokus:
Hårde præcise afleveringer.



Øvelse 2.

6 + 2 mod 4.

Organisation og forløb:
En 30 gange 20 meter stor bane.
8 mod 4.
6 blå fordeler sig på linjerne med 1 på hver sidelinje og 2 på hver endelinje.
På banen spiller 4 røde mod 2 blå.
Blå skal holde bolden i egne rækker.
De 2 blå har frit spil, mens de øvrige 6 blå har 2 berøringer.
Efter 2 minutter byttes roller pga. meget høj belastning.
Flere runder så alle spillere har haft de 2 blås position.

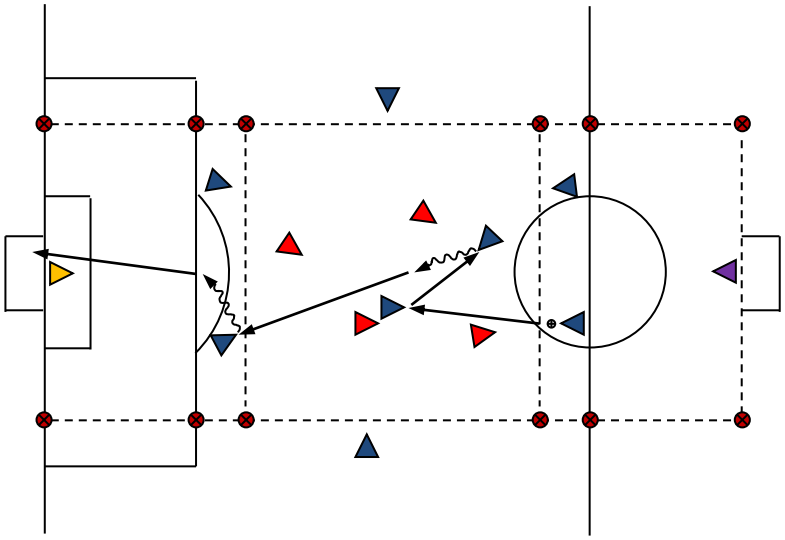


Øvelse 3.

Med minimål bag endelinjerne.

Organisation og forløb:

En 30 gange 20 meter stor bane.
Nu 2 minimål ca. 10 meter fra linjerne i begge ender.
Spil som i øvelse 2.
Modtager en af de 4 blå spillere ved endelinjerne bolden, forsøges scoring.
Efter afleveringen er faldet, forsøger en af de røde spillere at forhindre scoring.
Erobrer rød, bolden, på banen forsøges scoring.
De 2 blå på sidelinjerne må ikke deltage i forsvaret.

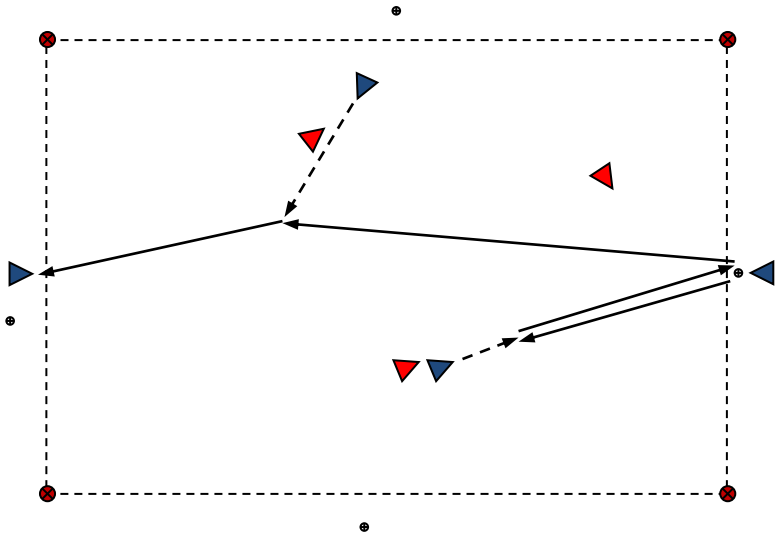


Øvelse 4.

Spil på mål med målmænd.

Organisation og forløb:

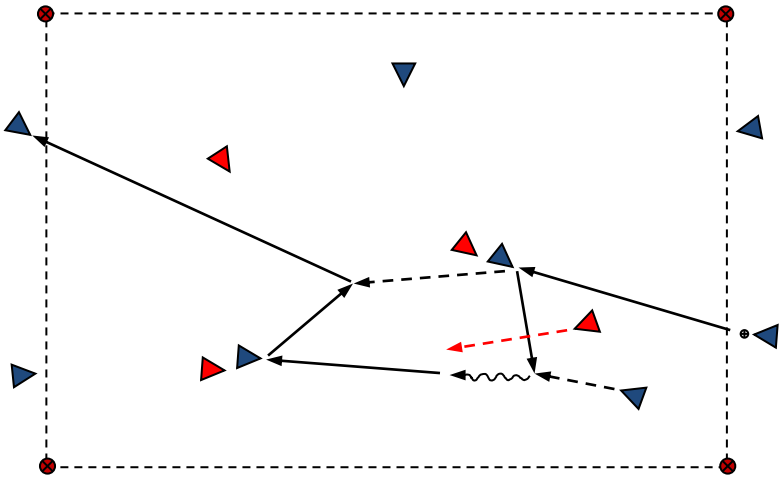
En 65 gange 30 meter stor bane med en 5 meter bred afleveringszone foran straffesparksfelterne. (Se diagram).
2 mål med målmænd.
Samme hold og positioner som i øvelse 3.
Blå forsøger aflevering til en af de 4 angribere, som starter fra zonen.
Angriberen afslutter på mål direkte eller efter få berøringer.
Rød må følge efter.
Erobrer rød, bolden, kan de score i et af målene.



Øvelse 5.

14 spillere i 2 grupper a 7 spillere spiller i dybden.

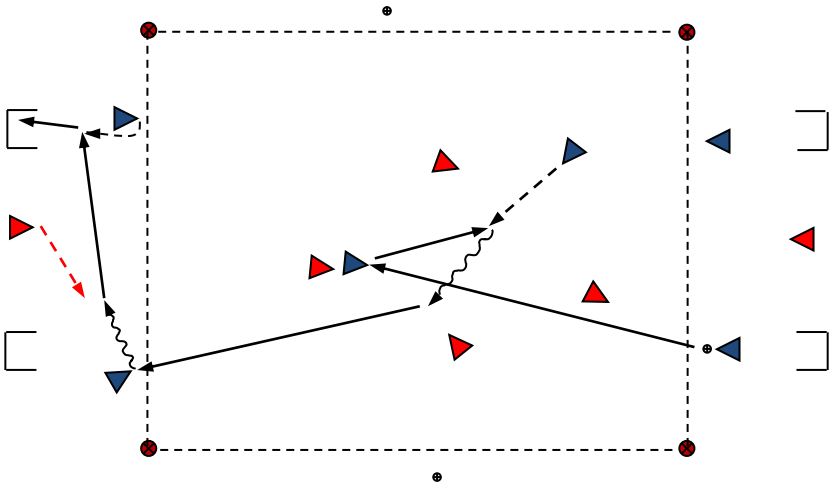
Organisation og forløb:
7 spillere på et 25 gange 15 meter stort område.
4 mod 3.
På endelinjerne står der i hver ende en blå spiller.
Der spilles 2 blå mod 3 røde.
Blå har 2 afleveringsmuligheder.
Fokus:
De blå kantspillere skal opsøge muligheden for en dybdeaflevering til modsatte side.
De øvrige 2 blå skal forsøge at tilbyde sig "kort og langt".



Øvelse 6.

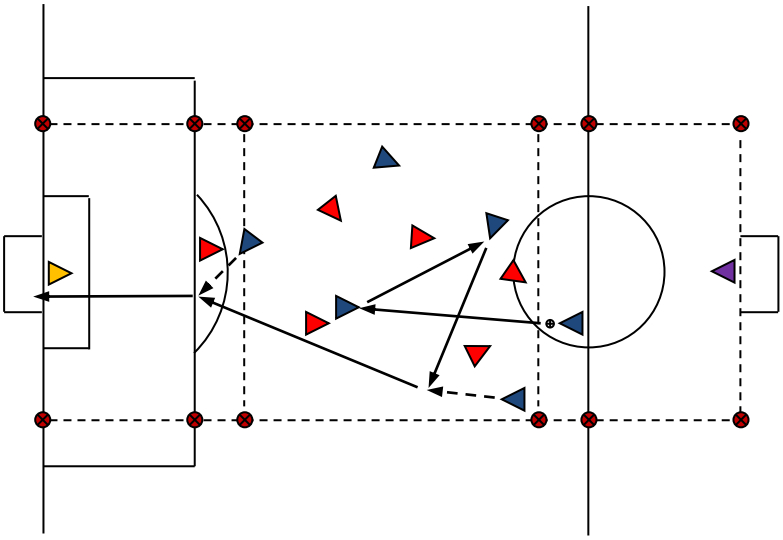
4 mod 4 på banen.

Organisation og forløb:
Samme bane som i øvelse 5 d.v.s.
et 25 gange 15 meter stort område.
Som i øvelse 2 har blå 4 spillere på endelinjerne.
Der spilles 4 mod 4, hvor blå skal holde bolden i egne rækker.
Frit spil på banen og 2 berøringer på kanterne.
Skift efter 2 minutter til nye positioner og nye hold.



Øvelse 7.
6 mod 6 med målforsvarer.

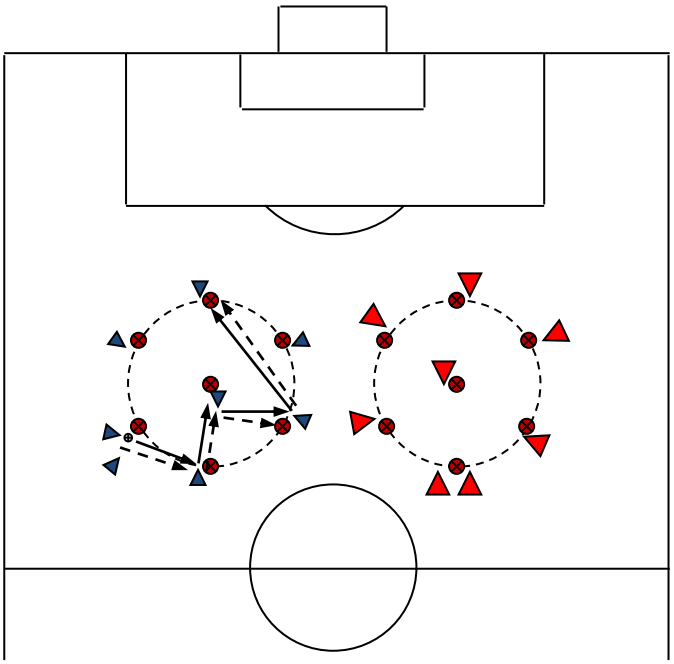
Organisation og forløb:
Samme bane som i øvelse 3 d.v.s.
en 30 gange 20 meter stor bane.
Nu 2 minimål ca. 10 meter fra linjerne i begge ender.
2 hold a 6 spillere.
Blå spiller 2:2:2, mens rød spiller 1:4:1 (Se diagram).
2 røde spiller skal være forsvarer mellem målene.
Modtager en af de 4 blå spillere ved endelinjerne bolden, forsøges scoring, men nu skal forsvarene foran målene forsøge at hindre en scoring.
Erobrer rød, bolden, på banen forsøges scoring.



Øvelse 8.
6 mod 6 på banen.

Organisation og forløb:
Samme bane som i øvelse 4, d.v.s.
en 65 gange 30 meter stor bane med en 5 meter bred afleveringszone foran straffesparksfelterne. (Se diagram).
2 mål med målmænd.
Men nu spilles 6 mod 6 på banen.
1 angriber og 1 forsvarer i begge ender befinder sig i zonen foran straffesparksfeltet.
Målet er at spille angriberen eller en løbende medspiller i zonen, så denne enten selv går mod målet eller lægger bolden af til medspiller.

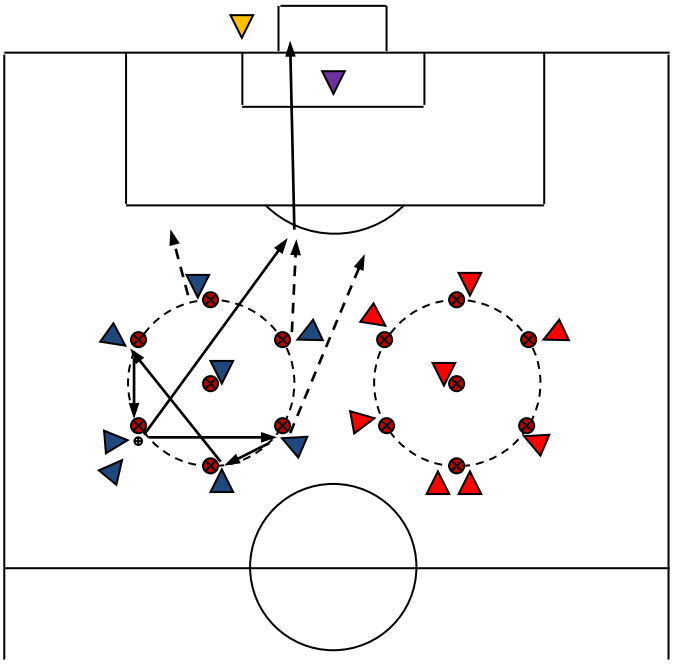
Spil i dybden + afslutning på mål. 18 spillere inkl. 2 målmænd.



Øvelse 9.

Lægge af og spil i dybden i en cirkel.

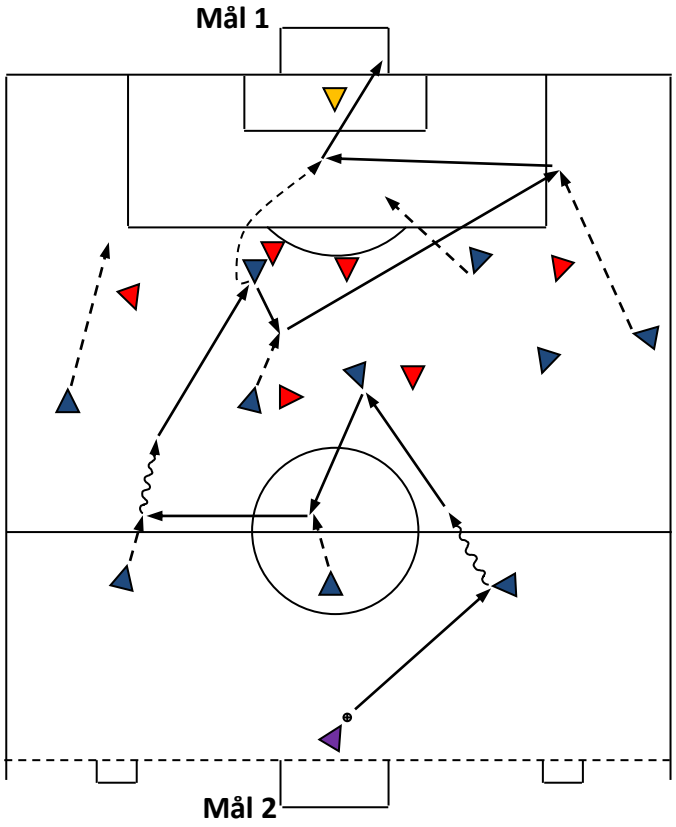
Organisation og forløb:
Mellem straffesparksfeltet og midten er der to cirkler med diameter på ca. 15 meter.
8 spillere pr. cirkel.
1 i midten og resten på cirklen.
To spillere på samme sted.
En af de to spillere afleverer frit til en spiller og følger med bolden til næste post, denne spiller afleverer og følger med bolden osv.



Øvelse 10.

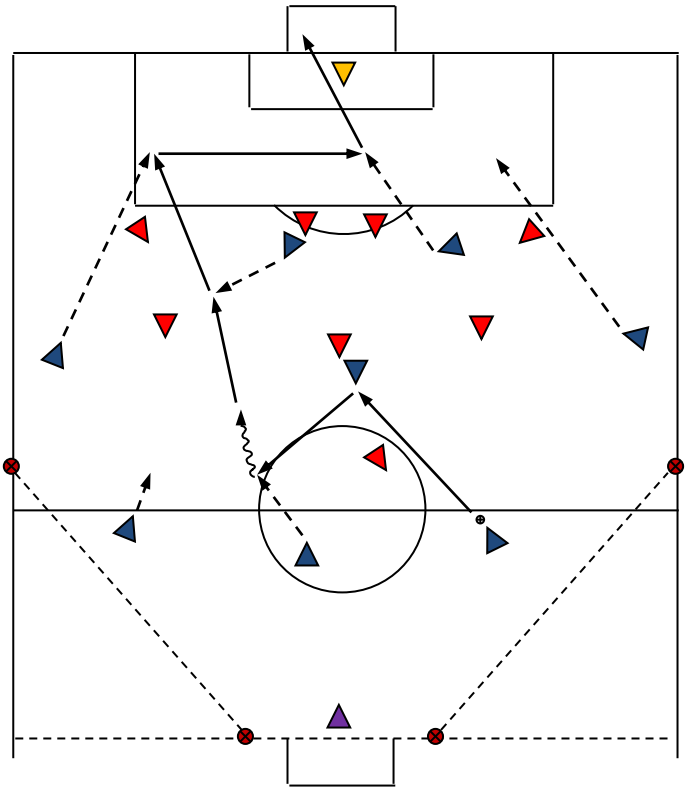
Fra cirklen til afslutning på mål.

Organisation og forløb:
Samme cirkel som i øvelse 9 men med en målmand i målet.
Forløb som i øvelse 9.
Dog følger spillerne ikke med bolden.
Efter fx 4 eller 5, 6 afleveringer løber 3 spillere efter at bolden er blevet lagt af løb i dybden til modtagelse af bolden.
Den spiller, der afleverer i dybden, bestemmer selv, hvem han afleverer til.
Modtageren af afleveringen afslutter på mål.
Alle spillere roterer en gang, og øvelsen gentages.



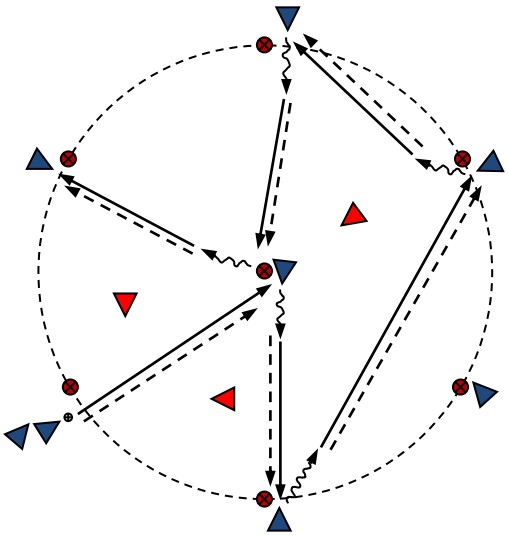
Øvelse 11.
11 mod 7.

Organisation og forløb:
2/3 bane med to mål med målmænd.
Til højre og til venstre for blås målmand er der to minimål.
10 mod 6 med 2 målmænd.
Det overtallige hold (blå) angriber mod mål 1.
Undertalsholdet spiller kontra på 2 minimål og mål 2.
Spillet starter hver gang fra mål 2.
Efter nogen til skiftes hold.



Øvelse 12.
9 mod 9 med lukkede hjørner for hold blå.

Organisation og forløb:
Minimålene fjernes.
Ved blås mål lukkes hjørnerne af (Se diagram)
9 mod 9.
Blå angriber mål 1 og rød angriber mål 2.
Blå spiller 3-3-2, rød 4-3-1.
Blå begynder spillet.
Pga. de lukkede hjørner bevæger de blå kantspillere sig længere frem.
Efter 12 minutter skiftes positioner.

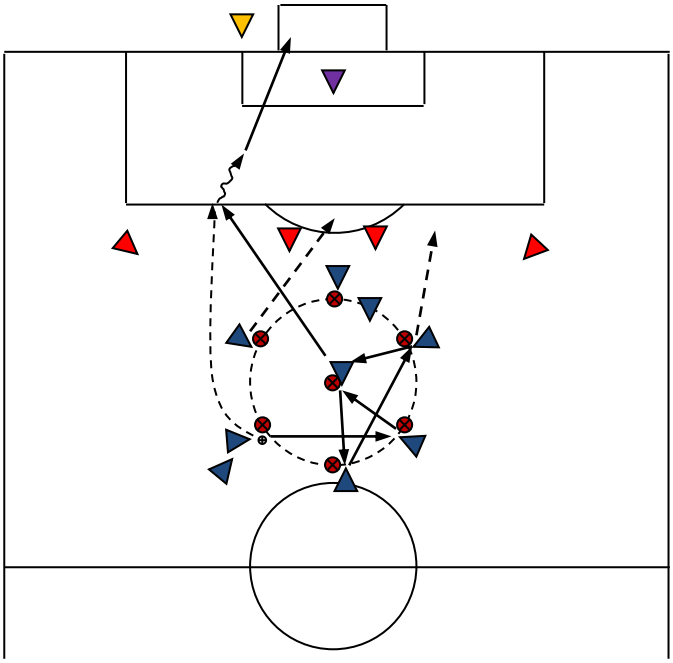


Øvelse 13.

Højst 12 spillere med forsvarere i midten.

Organisation og forløb:
En cirkel markeres.
De blå spillere placerer sig som i øvelse 9.
I cirklen er der 3 forsvarere.
Forløb som i øvelse 9.
2 berøringer.
Lykkes det forsvarerne at erobre bolden, skiftes positioner.
Blå spiller i midten skal bevæge sig og tilbyde sig.

Variationer:
3 berøringer.
Bytte positioner efter aftalt tid.

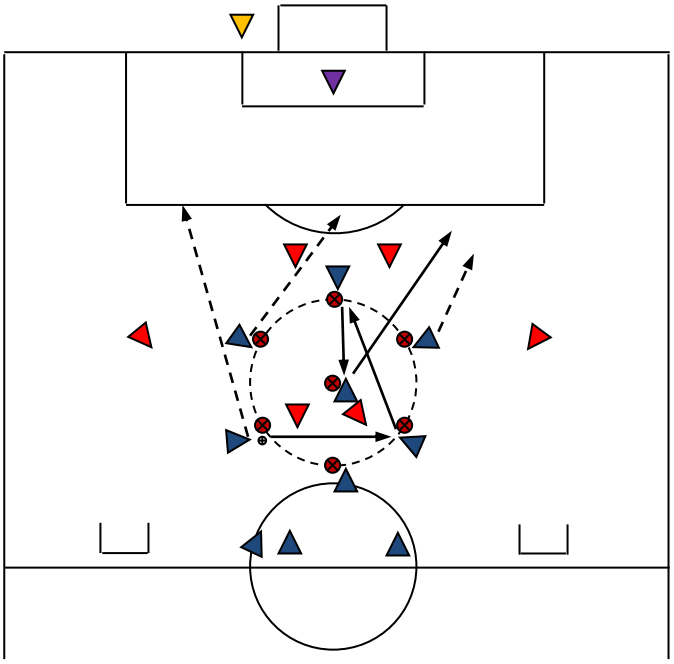


Øvelse 14.

Mod 2 midterforsvarere.

Organisation og forløb:
4 forsvarsspillere ca. 22 meter fra målet.
2 er aktive foran målet og 2 pauserer.
6 spillere på cirklen og 1 i cirklen som i øv. 13.
Nu skal den spiller, som modtager bolden i dybden, kæmpe mod 2 forsvarere.
Efter hvert angreb supplerer de ventende spillere.

Variation:
Angreb mod 4 forsvarere.

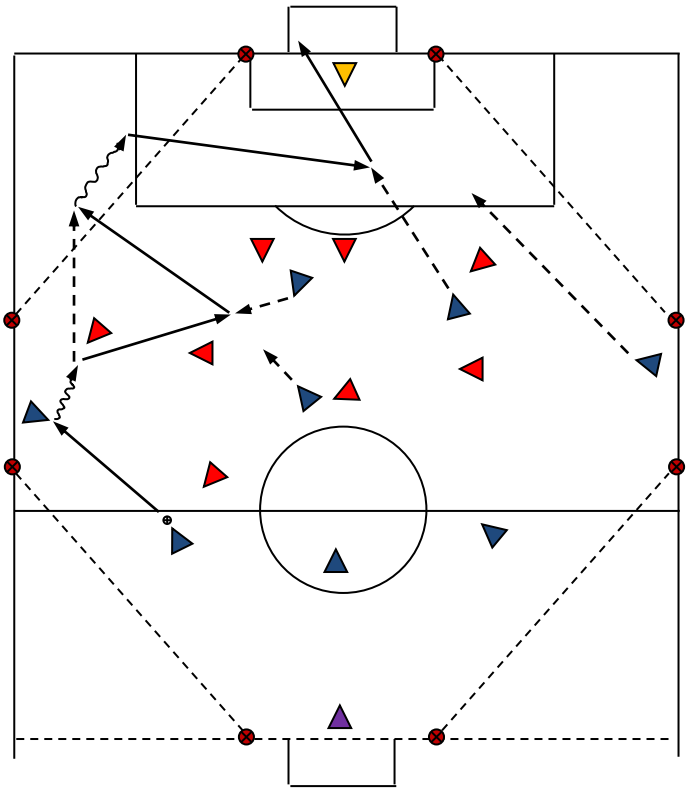


Øvelse 15.

Mod 2 midterforsvarere og 2 6'ere.

Organisation og forløb:

Bane som i øv. 14 men med 2 minimål nær midterlinjen.
6 forsvarsspillere.
2 står ca. 22 meter fra målet, mens 2 er i cirklen.
De 2 øvrige står til venstre og højre for cirklen.
7 angribere på og i cirklen.
Forløb som i øvelse 14.
Erobrer de 2 6'ere bolden, angriber de, de 2 minimål sammen med de 2 ventende forsvarere.
Antal berøringer i cirklen tilpasses spillernes formåen.



Øvelse 16.

9 mod 9 med lukkede hjørner for begge hold.

Organisation og forløb:

Frit spil 9 mod 9 uden brug af hjørnerne.
Begge hold spiller 3-3-2.
Hjørnerne er forbudt område for forsvarerne, hvis modstanderne spiller en angriber i dybden til aflevering på tværs.
Begynder angriberen at drible, eller der kommer endnu en angriber derind, er området frit for forsvareren.

Jeg begyndte som børnetræner

Af Jørgen Hansen

Begyndte som en lovende ungdomsspiller, men trænergerningen tog over og da kvindelandsholdet akut skulle have ny træner sommeren 2017 trådte Søren Randa-Boldt til og kunne ved årets udgang overlade det overordnede ansvar til Lars Søndergaard.

Startede som lilleputtræner

Søren Randa begyndte som lille at spille fodbold i den lokale klub i Vanløse, men allerede, da han var kun 16 år, blev han træner.

I klubben havde man den politik, at en ung spiller, som man måske kunne få brug for som en kommende træner, startede sin karriere som "føl" hos en ældre træner. Søren blev "trænerføl" for lilleput 1. Efter kun tre måneder manglede der en træner for 3. lilleput, så det job kunne Søren så passende tage.

Man kunne åbenbart allerede se den gang, at han skulle have større udfordringer end bare at være assistent.

Samtidig med at Søren spillede selv i klubben, fortsatte han med at træne alle årgange fra miniput til junior. Søren indrømmer, at han nogle gange var kørt træt i de mange timer på fodboldbanen, men efter et par måneders pause var han tilbage igen.

Succes med U-17 piger

De sidste to år af sine i alt 11 år i klubben var han træner for U-17-pigeholdet, og det var nok her han begyndte at få nogle tanker om en fremtid i trænerverdenen.

Pigeholdet spillede i den bedste række, og i det sidste år, han havde holdet, leverede de hele syv spillere til U-17-landsholdet.

Han vandt desuden pokalen som Årets Træner. Det fik andres øjne op for Sørens arbejde med udvikling af spillere.

Samtidig var han også i gang med DBU's uddannelse og erhvervede i 2011 P-licensen, så han havde bevist sit værd både i teorien og i praksis.

Godt og lærerigt miljø i Brøndby

Det var Brøndby I.F., der fik fat i Søren Randa som både U-17 træner og om assistenttræner for 3f-ligaholdet. Som i dag var Brøndbys kvinder sammen med Fortuna Hjørring de eneste to topklubber i Danmark. Ifølge Søren var det en god tid i klubben:

Der var kort vej til toppen med Finn Andersen og Bjerregaard og, hvad der nok også har været vigtigt for ham, kom han ind i et godt kollektiv omkring liga-holdet og U-holdene.

Chefjob i ligaen gav gode erfaringer

Efter fire år der fik han tilbud om en ansættelse på fuld tid som ligatræner for kvinderne i Skovlunde, som var nærmeste udfordrer til de to topklubber, idet det blev til tre gange bronze. Han måtte opgive sin civile karriere som elektriker og måtte ud over jobbet som cheftræner tage sig af en masse andre opgaver omkring driften af klubben.

Efter fire år kaldte Per Rud, direktør i HB-Køge, Søren til Herfølge som talenttræner og assistent for 1. holdet. Per Rud var tidligere landstræner for kvinde U-holdene, så de kendte hinanden godt.

Vigtigt med gode forbindelser

Gennem sine mange samarbejdsrelationer med forskellige U-kvindehold, har Søren Randa opbygget et stort gensidigt kendskab til andre trænere, hvilket gør det meget lettere at indgå et nyt samarbejde, da man ved, hvad den anden står for. Man ved, at kemien passer sammen og kommer ikke i en situation, hvor man må gå fra hinanden. Hvor ofte ser vi ikke, at klub og træner må stoppe samarbejdet, fordi kemien ikke er den samme, der er forskellige ambitioner eller hvad man nu melder ud?

I 2008 U-19 landstræner
Opholdet i HB-Køge blev kort, for i 2008 overtog han U-19 kvindelandsholdet, som han i dag stadig er træner for. Dog med ekstrajobbet som landstræner for kvinderne lige efter EM-sølv, da Nils Nielsen stoppede, til Lars Søndergaard fik jobbet fra januar 2018. Det var næppe det bedste tidspunkt at være involveret i dansk kvindefodbold, hvor i hvert fald nogle mente, at kvinderne blev brugt som forsøgskanin i Spillerforeningens kamp mod DBU.

Søren Randa er ud over sit cheftrænerjob for U-19 landsholdet også assistent for U-17 og kvindelandsholdet, og deltager ved deres VM og EM'er, så han har enormt stort kendskab til de spillere, der rykker op til U-19 og til de spillere, som hans U-19 spillere rykker op til.

Vi skal uddanne få spillere godt for at klare os
Den samlede mængde af U-19 spillere i Danmark er ret begrænset, så Søren skal nok finde talenterne, hvis ikke trænere selv har henvendt sig til ham. Mulige emner findes kun i ligaen, 1. division og i U-18 divisionen, så det er disse kampe han ser.

Andre lande som fx Spanien, Frankrig, Tyskland, Schweiz, Holland, Belgien og selvfølgelig Norge og Sverige har langt større potentiale og vil de kommende år presse Danmark både på U-19 og på landsholdsplan, siger Søren.

Deltagelse ved EM og VM betragter vi i dag som en selvfølge – især efter sølv mod Holland ved EM sidste år, men iflg. Søren var det det maksimale af, hvad vi kan forvente i fremtiden. En plads blandt de fire bedste må være målet og ikke bare en selvfølge
En karriere som trænerlærling for 1. lilleput efterfulgt af et cheftrænerjob for 3. lilleput kan også være starten på vejen til et fuldtidsjob som træner, hvor det vigtigste stadig er at udvikle spillere.

Søren Randa

Skolen og forældretrænerne er livsnødvendige for klubben

Af Jørgen Hansen

Siden 1865 har Askov Højskole givet en masse mennesker fra hele Danmark en øjenåbner på deres videre færd gennem livet.
Højskolen lever stadig fint.
Mon også Askov Skole vil leve lige så længe? Nu har man flyttet 7. årgang til Vejen også, så naturligvis finder børnene nye venner der, og selvfølgelig vil man gerne spille fodbold med sine kammerater i Vejen. 3 kilometers cykling til Vejen Fritidscenter er jo ingenting i den alder.

Ildsjælen i Askov-Malt UI
Vejen kommune vil jo også som de andre kommuner investere desteder, hvor folk flytter hen og dyrker deres sport. Man kan så give op eller tage kampen op.
Under ledelse af formanden for fodboldudvalget, Frank Thomsen, vil man vise, at man kan.
I udvalget skulle der ellers være 5, men kun 3 ville være med; så klarer man sig med det!
Frank har selv både som barn og som voksen spillet i klubben, så han følte, at man måtte give noget tilbage for de mange gode oplevelser, han har haft. Hans egne børn spiller og har spillet i klubben, så han har hjulpet som træner og leder de sidste 13 år heraf de sidste 3 – 4 år om formand.

Kun ungdomshold i AMUI
I klubben er der i dag ingen seniorhold. Ej heller nogen oldboyshold, som vel ellers skulle være dem, der nu kunne betale noget tilbage til klubben ved at gå ind i lederarbejdet. På drengesiden har man kun spillere op til U-14, hvor skoleskift trækker spillerne til Vejen. På pigesiden har man derimod en aftale med Vejen om, at fra U-10 spiller alle piger i Askov, så der er en ret stor pigeafdeling med ca. 16 U-15 spillere, 30 U-12, U-13 og U-14 spillere, ca. 12 U-11 spillere og ca. 18 U-9 og U-10 spillere.
Alle trænere er forældretrænere, bortset fra U-15, som får lidt tilskud til lidt træningstøj.
Derudover er der brug for en masse hjælpere til de mange arrangementer, som er med til at skaffe indtægter for at holde kontingentet på et passende niveau.

Man venter ikke, man gør noget
Beskeden som Frank Thomsen er fortæller han om, hvad "vi" laver i klubben og ikke om, hvad "jeg" laver. Men man skal lige være klar over, at andre ikke ville hjælpe til, hvis der ikke var en værdsat leder.
For ofte ser man først lederens betydning, den dag han stopper.
Man burde også være stolt af faciliteterne i Askov. Stort klubhus med stort opholdsrum.
En mindre hal, som bruges sammen med skolen, masser af baner på græsarealet samt en kunststofmultibane, som mange klubber ville misunde dem for.
Der var ikke noget tilskud fra DBU, så man måtte ty til fonde, lokale firmaer samt mange timers gratis arbejdskraft fra byens beboere.

Sommerfodbold med unge trænere
Hvert år i uge 27 - første uge i skolernes sommerferie – afholder man DGI fodboldskole med selvvalgt indhold.
Forældretrænerne er jo på arbejde, så der er en tradition for, at unge mennesker, som er rejst langt væk fra byen kommer hjem og bor hos forældrene, mens de om dagen er trænere på Fodboldskolen med morgenmad og frokost afsluttende fredag med bowlingtur eller lignende samt fest i klubhuset.
25 unge trænere tog sig af de 150 børn, som deltog sidste år.
Mellem jul og nytår afholdes i år for 30. gang Martinsen Cup med sidste år 220 deltagende hold, hvilket kræver stor forberedelse og mange mennesker på de to kampdage.
Messeby Cup i Fredericia deltager man traditionelt i hvert år, men nu er de ældste piger ved i fællesskab at tjene penge til en tur til udlandet.
Fodbold og sociale arrangementer er vigtige elementer i klubbens arbejde. Helt på tværs af alder og køn bliver spillet ved Sneeker Cup, hvor holdene sammensættes, så man får helt nye holdkammerater. Alle skal føle, at de er med i et stort fællesskab.

God ledelse giver godt sammenhold
En god leder er den, der viser vejen og skaber noget gennem andre. Hjælperne føler, at det de yder kommer byens børn til gode gennem gode faciliteter og en masse gode oplevelser. Derfor har de tillid til lederen og vil føle sig forpligtet til at hjælpe i fremtiden.
Frank står ikke bare og nyder situationen lige nu. Det næste, der skal ske, er renovering af omklædningsrummene. Det er ikke noget, som kommunen bare sørger for.

DTU ildsjæl

2019		JANUAR		FEBRUAR		MARTS
1	Tir	*Nytårsdag*	Fre		Fre	
2	Ons		Lør		Lør	
3	Tor		Søn		Søn	Nordic Bet ligaen starter
4	Fre		Man		Man	
5	Lør		Tir		Tir	Champions League
6	Søn		Ons		Ons	Champions League - 5. runde i pokalturneringen
7	Man		Tor		Tor	
8	Tir		Fre		Fre	
9	Ons		Lør		Lør	
10	Tor		Søn	Superliga 21. runde.	Søn	
11	Fre		Man		Man	
12	Lør		Tir	Champions League.	Tir	Champions League
13	Søn		Ons	Champions League.	Ons	Champions League
14	Man		Tor		Tor	
15	Tir	Dk – Rumænien Futsal-landskamp	Fre		Fre	
16	Ons	Dk – Rumænien Futsal-landskamp	Lør		Lør	3F-ligaen starter
17	Tor		Søn		Søn	Sidste runde i grundspil superligaen.
18	Fre		Man		Man	
19	Lør		Tir	Champions League.	Tir	
20	Søn		Ons	Champions League.	Ons	
21	Man		Tor		Tor	
22	Tir		Fre		Fre	
23	Ons		Lør		Lør	
24	Tor		Søn		Søn	
25	Fre		Man		Man	
26	Lør		Tir		Tir	Schweiz – Dk. EM-kval.
27	Søn		Ons		Ons	
28	Man		Tor		Tor	
29	Tir				Fre	
30	Ons				Lør	
31	Tor				Søn	1. runde i Mesterskabsspil og gruppespil.

DTU
DANSK TRÆNER UNION

Stærkt netværk
Din sikkerhed

SKÆRBÆK
Fritidscenter
www.kursus-fritidscenter.dk

Stærkt netværk
Din sikkerhed

DTU
DANSK TRÆNER UNION

2019		APRIL		MAJ		JUNI
1	Man	*Nytårsdag*	Ons	*Første maj* Champions League	Lør	
2	Tir		Tor		Søn	
3	Ons	Pokalrunde og Dk. - Ukraine U-19 EM-kval	Fre		Man	
4	Tor		Lør		Tir	
5	Fre		Søn	Playoff 1. runde	Ons	*Grundlovsdag*
6	Lør	Dk – Nordirland U-19 EM-kval	Man		Tor	Nations League finaler i Portugal
7	Søn		Tir	Champions League	Fre	Nations League finaler i Portugal / Dk. – Irland EM-kval
8	Man		Ons	Champions League	Lør	Nations League finaler i Portugal
9	Tir	Norge – Dk. U-19 EM-kval. og Champions League	Tor		Søn	*Pinsedag*
10	Ons	Champions League	Fre		Man	*2. Pinsedag* *Dk. – Georgien EM-kval*
11	Tor		Lør	3F-ligaen slutter	Tir	
12	Fre		Søn		Ons	
13	Lør		Man		Tor	
14	Søn	*Palmesøndag*	Tir		Fre	
15	Man		Ons		Lør	
16	Tir	Champions League	Tor		Søn	
17	Ons	Champions League	Fre	*Store bededag* Pokalfinaler	Man	Dk. – Tyskland U-21 EM
18	Tor	*Skærtorsdag*	Lør		Tir	
19	Fre	*Langfredag*	Søn		Ons	
20	Lør		Man		Tor	Dk. – Østrig U-21 EM
21	Søn	*Påskedag*	Tir		Fre	
22	Man	*2. påskedag*	Ons		Lør	
23	Tir		Tor	Champions League finale kvinder	Søn	Dk. – Serbien U-21 EM
24	Ons		Fre		Man	
25	Tor		Lør		Tir	
26	Fre		Søn	Mesterskabsspil sidste runde	Ons	
27	Lør		Man		Tor	
28	Søn	Gruppespil superliga sidste runde	Tir		Fre	
29	Man		Ons		Lør	
30	Tir	Champions League	Tor	*Kristi himmelfartsdag*	Søn	
31			Fre			

DTU
DANSK TRÆNER UNION

Stærkt netværk
Din sikkerhed

SKÆRBÆK
Fritidscenter
www.kursus-fritidscenter.dk

Stærkt netværk
Din sikkerhed

DTU
DANSK TRÆNER UNION

2019	JULI		AUGUST		SEPTEMBER	
1	Man		Tor		Søn	
2	Tir		Fre		Man	
3	Ons		Lør		Tir	
4	Tor		Søn		Ons	
5	Fre		Man		Tor	Gibraltar – Dk. EM-kval.
6	Lør		Tir		Fre	
7	Søn		Ons		Lør	
8	Man		Tor		Søn	Georgien – Dk. EM-kval.
9	Tir		Fre		Man	
10	Ons		Lør		Tir	
11	Tor		Søn		Ons	
12	Fre		Man		Tor	
13	Lør		Tir		Fre	
14	Søn		Ons		Lør	
15	Man		Tor		Søn	
16	Tir		Fre		Man	
17	Ons		Lør		Tir	
18	Tor		Søn		Ons	
19	Fre		Man		Tor	
20	Lør		Tir		Fre	
21	Søn		Ons		Lør	
22	Man		Tor		Søn	
23	Tir		Fre		Man	
24	Ons		Lør		Tir	
25	Tor		Søn		Ons	
26	Fre		Man		Tor	
27	Lør		Tir		Fre	
28	Søn		Ons		Lør	
29	Man		Tor		Søn	
30	Tir		Fre		Man	
31	Ons		Lør			

DANSK TRÆNER UNION

Stærkt netværk
Din sikkerhed

SKÆRBÆK Fritidscenter
www.kursus-fritidscenter.dk

Stærkt netværk
Din sikkerhed

DANSK TRÆNER UNION

2019		OKTOBER		NOVEMBER		DECEMBER
1	Tir		Fre		Søn	
2	Ons	Dk. – Kosovo U-19 EM-kval.	Lør		Man	
3	Tor		Søn		Tir	
4	Fre		Man		Ons	
5	Lør	Tyrkiet – Dk U-19 EM-kval.	Tir		Tor	
6	Søn		Ons		Fre	
7	Man		Tor		Lør	
8	Tir	Dk. – Ungarn EM-kval.	Fre		Søn	
9	Ons		Lør		Man	
10	Tor		Søn		Tir	
11	Fre		Man		Ons	
12	Lør	Dk. – Schweiz EM-kval.	Tir		Tor	
13	Søn		Ons		Fre	
14	Man		Tor		Lør	
15	Tir		Fre	Dk. – Gibraltar EM-kval.	Søn	
16	Ons		Lør		Man	
17	Tor		Søn		Tir	
18	Fre		Man	Irland – Dk EM-kval.	Ons	
19	Lør		Tir		Tor	
20	Søn		Ons		Fre	
21	Man		Tor		Lør	
22	Tir		Fre		Søn	
23	Ons		Lør		Man	*Juleaften*
24	Tor		Søn		Tir	*Juledag*
25	Fre		Man		Ons	*2. Juledag*
26	Lør		Tir		Tor	
27	Søn		Ons		Fre	
28	Man		Tor		Lør	
29	Tir		Fre		Søn	
30	Ons		Lør		Man	
31	Tor				Tir	*Nytårsaften*

DANSK TRÆNER UNION

Stærkt netværk
Din sikkerhed

SKÆRBÆK Fritidscenter
www.kursus-fritidscenter.dk

Stærkt netværk
Din sikkerhed

DANSK TRÆNER UNION

Fussballtraining

Af Jørgen Hansen

Dit medlemsskab af Dansk Træner Union giver dig det norske og det danske trænerblad, hvor der i begge blade er en del sider med øvelser til den daglige træning.

De norske øvelser tager ofte udgangspunkt i den elitære træning, mens vi forsøger at dække et bredt spektrum, som svarer til vores medlemsskare.

Men øvelserne udgør kun en del af bladene. Kunne du tænke dig et øvelsesblad, er det tyske "Fussballtraining" en mulighed.
Selv om det er på tyske vænner man sig hurtigt til at forstå diagrammerne samt den tilhørende tekst.

Du får tilsendt 12 blade pr. år med et omfang af helt op til 60 sider pr gang incl. indstiksøvelserne.
Øvelserne er delt i prof.-øvelser, amatører, ungdoms-fodbold, begynderfodbold m.m.
og også delt i temaer som fx taktik,
kondition, hurtighed, omstill-ing, teknik, angreb over fløjene, forsvarsspil, målmandstræning m.m.

Jævnligt besøger man også kendte klubber uden for Tyskland som Barcelona, Milan, Real Madrid eller som i decemberbladet i år Tottenham. Eller man besøger fodboldkulturer i andre lande som i dette efterår Holland, USA og Østrig. Til alle besøg følger der øvelser med.

DTU har lavet en aftale med "Fussballtraining", så vi ved en samlet bestilling kan få det bragt til

Tryk på billedet for at læse et eksempel af Fussball training

døren for 395 kr for 2019, Af praktiske grunde følger et abonnement kalenderåret.
Se evt. eksemplaret på denne side, vil du have bladet skal du bare sende en mail til Jørgen Hansen jph@dtunet.dk eller ring på tlf. 65 94 24 91 med navn og adresse senest d. 5. januar, så vil du få det første blad i løbet af januar.

Godt Nytår
2019
DTU

Din Trænerpartner

DANSK TRÆNER UNION

Bestyrelsen i DTU

Jørgen Hansen
Formand
jph@dtunet.dk
Tlf. 65 94 24 91

Michael Brandt
Næstformand
mb@dtunet.dk
Tlf. 21 47 22 52

Brian Christensen
Kommunikation
bc@dtunet.dk
Tlf. 42 55 11 07

Stina Jensen
Kasserer
sj@dtunet.dk

Opgave ansvarlige

Finn Andersen
fa@dtunet.dk
Tlf. 22 83 15 02

Suppleant til bestyrelsen
Sekretær
Øvelser
Taktifol

Michael Brandt
mb@dtunet.dk
Tlf. 21 47 22 52

Jyllandsseminaret

Henning Danholt
hd@dtunet.dk
Tlf. 54 85 83 82

Store træner dag

Medlemsservice

Stina Jensen
Medlemsservice og Økonomi
medlem@dtunet.dk
Tlf. 51 22 44 41

Retsudvalg

Johnny Kristensen
Formand for Retsudvalget
jk@dtunet.dk
Tlf. 22 90 34 61

Markedsføring

Johnny Kristensen
jk@dtunet.dk
Tlf. 22 90 34 61

Redaktør

Torben Bo Harder
redaktion@dtunet.dk
Tlf. 60 63 52 62

Hjemmeside

Robert Djervad
webmaster@dtunet.dk
Tlf. 28 19 91 16

DTU's adresse

Dtu c/o. Jørgen Hansen
Kronhjortløkken 242
5210 Odense NV
Tlf. 65942491