



DBU LOLLAND-FALSTER
EN DEL AF
NOGET STØRRE

DBU Lolland-Falster inviterer hermed til

LEGESTÆVNE FOR U-4 til U-5 DRENGE & PIGER. (Stationstræning)

**Lørdag den 17. August i Nørre Alslev Boldklub.
Klokken 11.00 til 13.00**

Omklaedt og klar på multibanen foran klubhuset klokken 11.00

Mad og drikke pause fra 11.30 til 12.00 – Så forældre er velkommen til at tage madkurven med.....

Vi stiller DBU instruktører til rådighed. Dagen handler selvfølgelig om fodbold men motorisk koordination og stationstræning med fodboldlege vil danne rammerne om en forhåbentlig hyggelig dag med børn og voksne.

Instruktørerne står for opvarmingsøvelser og organiseringen af stationerne. Derefter går de rundt med råd og vejledninger, til både spillere og trænere.

Det betyder, at vi **kræver én træner/forældre med på banen**, Både ment som en træning af "træneren" men også som stationsforstander under stationstræningen.

Instruktørerne deler plastiklamineret udførlige øvelsesbeskrivelse ud til stationsforstanderne. Derefter står han/hun for afviklingen af denne enkelte station.

FOKUS/TEMA: Fodboldkoordination, Glæde via fodboldlege og Stationstræning.

Det gode fodboldmiljø kendetegnes ved:

- Glæde.
- Tryghed.
- Veninder/venner.
- Variation.
- Både og (ikke enten eller).
- Planlægning og organisation.



Tilmelding senest den 12. August 2019 til Maibritt i DBU Lolland-Falster administrationen på mail.: maim@dbulolland-falster.dk indeholdende antal spillere, telefonnummer og mailadresse på kontaktperson og endvidere træneren/trænerens navn/navne.