



Lån en dvd

– og få ny inspiration til træningen

FCM Akademi dvd'erne er udarbejdet ud fra FC Midtjyllands tanker omkring afvikling og udførelse af træning. Formålet med dvd'erne at inspirere vores samarbejdsklubbers trænere og derigennem give disse nogle værktøjer til den daglige træning.



Footwork med bold:

Formålet er at introducere mange forskellige måder at træne med bold. At få implementeret denne form for teknisk træning i alle vores samarbejds klubber, til gavn for spillernes tekniske udvikling.

Teknik og koordination:

Formålet er at introducere mange forskellige måder at træne teknisk træning på, som alle spillere uanset alder kan få glæde af.

Nu kan du lære det:

Dvd'en henvender sig til de 9-15-årige fodboldspillende drenge og piger samt deres trænere. Dvd'en er delt i to. Første del fokuserer på en lang række af de træningsøvelser, FCM selv bruger på akademiet og prioriterer højt, og desuden demonstrerer akademispillerne frække tricks og driblinger. Den anden del bringer seerne helt ind i hjertet af akademiet. Der er "Black Magic Rap" med afrikanske spillere, der er præsentation af en række af de spillere, FCM forventer, vil præge dansk fodbold i årene frem, og så er der naturligvis også masser af sjove fraklip fra de mange hundrede timers optagelser.

Målmandstræning:

Dvd'en er den eneste af sin slags i Danmark, og den giver masser af inspiration til, hvorledes træneren kan arbejde med sin målmand hjemme i klubben, og også som målmand vil det være godt at anskaffe sig denne helt nye dvd, der er opdelt i 8 menu punkter med temaerne: Opvarmning – Placering – Udgangsstilling – Gribeteknik – Skud i siden – Gribeteknik – en mod en situationer – Igangsætninger

Har du lyst til at låne en dvd, så send en mail til dianaandersen@sol.dk