

Tagesablauf / *Daily routine*

Fußball / Soccer: 06.-10.05.2019 – Judo & Selbstverteidigung / Judo & Self-defence: 13.-17.05.2019

Uhrzeit / Time	Programm / Programme	Bemerkung / comment
07:00	Ankommen / <i>Arrival</i>	
08:30	Frühstück / <i>Breakfast</i>	
09:30	Start & Kleingruppen / <i>start & small groups</i>	Gemeinsamer Start mit Thema / <i>Joint start with theme</i>
10:15	Fußball oder Judo Training / <i>Soccer or Judo training</i>	Fußball: Altersgruppen / <i>Soccer: Age groups</i>
12:00	Pause / <i>Break</i>	
12:30	Mittagessen / <i>Lunch</i>	
14:00	Feedback, Wiederholung & Vertiefung / <i>Feedback, Repetition & reinforce</i>	Gemeinsame Reflektion des Vormittags & Stationen/ <i>Joint reflection of the morning & Stations</i>
15:30	Pause & Obstsnack / <i>Break & Snack</i>	
17:00	Ende / <i>End</i>	Türen schließen pünktlich / <i>Doors close on time</i>

Trainingseinheiten / *Training sessions*: Fußball / Soccer, 06.-10.05.2019

	Montag / <i>Monday</i>	Dienstag / <i>Tuesday</i>	Mittwoch/ <i>Wednesday</i>	Donnerstag/Thursday	Freitag / <i>Friday</i>
10:15	Aufwärmen / <i>Warm-up</i>				
10:30	Allgemeines Ballgefühl <i>/ General ball feel</i>	Dribbeln / <i>dribbling</i>	Bälle flach halten / <i>keep the ball flat</i>	Kleine Spielformen / <i>small game types</i>	Turnier / <i>Tournament</i>
12:00	Mittagspause / <i>Lunch</i>				
14:00	Reflektion des Vormittages / <i>reflection of the morning</i>				Siegerehrung / <i>Prize giving</i>
14:15	Aufwärmen + Vertiefungstraining / <i>Warm-up + in depth training</i>			Kleines Turnier / <i>small tournament</i>	Frei/ <i>free</i>

Trainingseinheiten / *Training sessions*: Judo & Selbstverteidigung / Judo & Self-defence: 13.-17.05.2019

	Montag / <i>Monday</i>	Dienstag / <i>Tuesday</i>	Mittwoch/ <i>Wednesday</i>	Donnerstag/Thursday	Freitag / <i>Friday</i>
10:15	Aufwärmen / <i>Warm-up</i>				
10:30	Judo & Selbstverteidigungstraining / <i>Judo & Self-defence training</i>				
12:00	Mittagspause / <i>Lunch</i>				
14:00	Reflektion des Vormittages / <i>reflection of the morning</i>				
14:15	Spiele / <i>Games</i>	<i>Judo</i>	Spiele / <i>Games</i>	<i>Judo</i>	<i>Frei / free</i>