

## Möglicher Ablaufplan einer Fußball-Ferienfreizeit (B- und A-Jugend)

Uhrzeit	1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag	6. Tag
8:00 - 9:00		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
9:30 - 12:00		Training mit "Star-Gast" oder Lizenztrainer <sup>3</sup> aus näherer Umgebung	Fußballolympiade <sup>5</sup> (Fußballtennis, Jonglieren, Sprinten, Dribbeln ...)	Alternative Sportarten <sup>8</sup> : - vorwiegend Ballsportarten - Gruppensportarten	Stadtbesuch, kombiniert mit Stadtrallye <sup>9</sup> / Kino, oder auch Kulturprogramm	Abschlussturnier mit anschließender Siegerehrung (Vier gegen Vier <sup>1</sup> im Ligasystem)
12:00 - 13:00		Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Lunchpaket	Mittagessen
13:00 - 14:30	Ankunft (Zimmer/ Zelte beziehen etc.)	Schwimmbad/ Erlebnisbad <sup>4</sup>	Kletterpark/ Kletterwand <sup>6</sup>	Mittagspause	Frei	Abreise
14:30 - 18:00	1. Begrüßung & Einführung 2. Kleines Turnier auf kleinem Spielfeld (Variable Spielformen/ z.B. Vier gegen Vier <sup>1</sup> )		( etwa 2 Stunden); Fahrtaufwand: max 30 bis 60 min 90 min Training*	90 min Training (z.B. Gruppen- und Mannschaftstaktik)* 30 min Pause 90 min Turnier (z.B. C.League*)	Freundschaftsspiel gegen eine B- bzw. A- Jugend aus der Nähe	
18:00 - 19:00	Abendessen	Selbstzubereitetes Abend-	Abendessen	Abendessen	Grillabend, mit	
19:00 - 21:00	Fußballquiz (z.B. EM-/WM-/ Bundesliga-Quiz <sup>2</sup> ); Spieleabend (Karten und Gesellschaftsspiele)	essen, danach gemütliches Beisammensein	Jugend-Disco <sup>7</sup>	Frei	anschließendem Lagerfeuer	

- Die mit Nummern gekennzeichneten Veranstaltungen liegen als PDF-Datei unter „Tipps und Organisationshilfen“ zum Download bereit.
- Mit \* gekennzeichnete Veranstaltungen können detailliert im Bereich **Training online** eingesehen werden.