



## **ABSOLUTE F.C. Fußballschule „on Tour“**

**Fußball-Ferien-Camp vom 03.08. - 04.08.2023 beim FC Grafenstein / Merzalben e.V.**

### **Ablaufplan 03.08.2023**

<b>09.45 Uhr</b>	Treffpunkt auf der Sportanlage des FC Merzalben
<b>09.45 Uhr - 10.00 Uhr</b>	Ausgabe der Trainings-Ausstattung für alle Teilnehmer/innen
<b>10.00 Uhr - 10.15 Uhr</b>	Offizielle Begrüßung und Vorstellung des Trainer-Teams der Absolute F.C. Fußballschule „on Tour“
<b>10.15 Uhr - 10.30 Uhr</b>	Einteilung der einzelnen Trainings-Gruppen
<b>10.30 Uhr - 12.00 Uhr</b>	Trainingsprogramm mit den einzelnen Gruppen
<b>12.00 Uhr - 12.05 Uhr</b>	Händewaschen und Platznehmen für das Mittagessen
<b>12.05 Uhr - 13.15 Uhr</b>	gemeinsames Mittagessen
<b>13.15 Uhr - 14.00 Uhr</b>	Trainingsprogramm mit den einzelnen Gruppen
<b>14.00 Uhr - 14.15 Uhr</b>	kleine Pause / mit Getränke + Snacks (Obst)
<b>14.15 Uhr - 15.00 Uhr</b>	Trainingsprogramm mit den einzelnen Gruppen
<b>15.00 Uhr</b>	Ende der Trainingseinheiten - Verabschiedung der Teilnehmer/innen

### **Ablaufplan 04.08.2023**

<b>09.45 Uhr</b>	Treffpunkt auf der Sportanlage des FC Merzalben
<b>10.15 Uhr - 10.30 Uhr</b>	Einteilung der einzelnen Trainings-Gruppen
<b>10.30 Uhr - 12.00 Uhr</b>	Trainingsprogramm mit den einzelnen Gruppen
<b>12.00 Uhr - 12.05 Uhr</b>	Händewaschen und Platznehmen für das Mittagessen
<b>12.05 Uhr - 13.15 Uhr</b>	gemeinsames Mittagessen
<b>13.15 Uhr - 14.00 Uhr</b>	Trainingsprogramm mit den einzelnen Gruppen
<b>14.00 Uhr - 14.15 Uhr</b>	kleine Pause / mit Snacks (Obstkorb)
<b>14.15 Uhr - 15.00 Uhr</b>	Trainingsprogramm mit den einzelnen Gruppen
<b>15.00 Uhr</b>	Ende der Trainingseinheiten – Offizielle Verabschiedung mit Gruppenfoto