

FotballCamp

SOMMEREN 2018



"VELKOMMEN TIL FOTBALL-
CAMP SOMMEREN 2018."

Michael O'Neill

ODYSSEY SOCCER. LEARN, IMPROVE, ENJOY.

Instruktør Michael O'Neill er booket for to uker med Odyssey Soccer. Hans treningsopplegg kombinerer fire viktige pilarer; teknikk, taktikk, fysikk og psykologi, alt bygget på en bred forståelse for spillerens utvikling og læringsmetode. Hans mål er at laget skal spille for å vinne, men at den enkelte spiller først og fremst skal bli trygg nok til å tørre å utfordre seg selv og glede seg over spillet.

Opplegget ble testet ut sommeren 2017, og fikk strålende tilbakemeldinger fra deltagere, trenere og foreldre. Vi kjører derfor på med to nye uker til sommeren, og har lagt spesielt til rette for at hele lag kan bruke dette som en oppkjøring til cuper og kommende høstsesong.

TIDSPUNKT:	Uke 27	Mandag 2. – Fredag 6.juli
	Uke 28	Mandag 9. – Fredag 13.juli

ALDER. Opplegget er tilrettelagt for (8) 10 – 14 (+) år. Det blir en intensiv uke. For de yngste spillerne kreves et visst ferdighetsnivå for at utbyttet blir optimalt. Michael O'Neill vil ha med seg hjelpetrenerne, så spillerne vil bli delt inn i flere grupper med tilrettelagt treningsopplegg.

MER ENN BARE EN FOTBALLSKOLE. På ettermiddager og kvelder har Michael og Camp Uvdal engasjert «Fun Officers» som vil være med og lage underholdning og aktiviteter for deltagerne på fritida. Det blir også mye sosialt rundt måltidene. Lagspill handler ikke bare om ferdigheter, men også om trivsel både på og utenfor banen. Både Michael og medhjelperne vil derfor være synlig til stede og en trygghetsfaktor under hele oppholdet.

OVERNATTING. Det blir overnatting i hytter 2-6 manns hytter. Ved påmelding er det mulig å komme med ønsker om hvem man ønsker å dele rom med, og vi tilpasser så langt det er praktisk mulig. Hyttene har dyner og puter, men du må ha med eget sengetøy eller sovepose.

MÅLTIDER. Det serveres frokost, lunsj og middag og vi legger vekt på hjemmelaget og sunn mat. Hver kveld blir det bålkos og litt kveldssnack. Om noen skulle bli sulten innimellom måltidene står kjøkkenpersonalet parat til å ordne et lite mellommåltid.

TRENERKURS (Coaches Clinic). Michael stiller med gratis trenerkurs for klubber som sender mer enn fem deltagere samt til foreldre til deltagere. Her vil han blant annet dele tanker om sin treningsfilosofi, og gi råd og veiledning i forhold til hvordan aktiviteter best kan gjennomføres.

UTSTYRSPAKKE. Inkludert i prisen er T-skjorte og ball samt diplom etter endt leir.

SPRÅK. Michael kommer opprinnelig fra Manchester, England, og jobber nå som trener for et fotballakademi i New York. Språket vil derfor primært være engelsk, men hjelpetrenerne snakker norsk. Erfaringen fra i fjor var at selv de yngste fulgte godt med på instruksene, og syntes det var artig å utfordre seg også på denne fronten.

DAGSOPPLEGG

Michael kjører leiren etter følgende opplegg:

Day Camps:

- Free play 4v4 World Cup
- Technical development and ball comfort
- Range of passing and techniques
- Juggling/Freestyling tricks and flicks
- Free time, group bonding and leadership exercises
- Full sided games (9v9/11v11)
- Video game analysis

Team Camps:

- All above
- Systems of play 4-4-2, 4-3-3, 3-5-2, 3-4-3.
- Playing out of the back
- Receiving with back to pressure
- On site housing for full residential experience

Priser:

For påmelding *før 1. april* :
kr 2500,-
For påmelding *1. april – 1. juni* :
kr 3500,-
For påmelding *etter 1. juni* :
kr 4500,-
Søskenmoderasjon og reduserte priser for lag som stiller med 10 deltagere eller flere. Det er også mulig å bare melde på for enkelt-dager.

Mer detaljert informasjon om leiren, priser mm finner du på
<http://www.campuvdal.com/>
Eller kontakt oss på mail: aud@campuvdal.com

Camp
UVDAL
— ANNO 1959 —