

# U13 FC Thun BeO als Fairplay-Botschafter im Einsatz

67 Junioren des FC Münsingen absolvieren den kombinierten Fussball-Präventions-Parcours am Trainingscamp in Huttwil

Von Hans-Jürgen Bartl

**Huttwil** – 67 Junioren des FC Münsingen im Alter von 8 bis 15 Jahren (F- bis B-Junioren) absolvierten am 5. August 2008 zwischen 14 und 18 Uhr den Parcours zum Fussball-PLUS Diplom im Rahmen des Trainingscamps 2008 in Huttwil.

Die Veranstaltung wurde durchgeführt im Auftrag des Schweizerischen Fussballverbandes und des FC Münsingen unter der Anleitung von 16 Spielern der U13-Auswahl FC Thun-Berner Oberland und deren Trainern Wolfgang Unger und Jürg Schmid.

Der Parcours zum Fussball-PLUS Diplom besteht aus sechs Stationen mit Aufgaben und Informationen zu Fussballtechnik, Verletzungsprävention und weiteren Präventionsthemen wie Gewalt, Drogen, Tabak, Alkohol und Teambildung.

Da der Parcours bei der Ankunft der Betreuer aus Thun bereits vollständig gemäss Organisationsbrochure aufgebaut war, konnten die Organisatoren Wolfgang Unger (Junioren-Trainer und Projektkoordinator "FC Thun BeO macht Schule") und Josef Vonarburg (Junioren-Trainer FC Münsingen) kurzum vor der Versammlung der Teilnehmer und Betreuer eine kurze Erläuterung geben, warum Ziele im Bereich Fairplay und Prävention genauso wichtig sind wie sportliche Ambitionen. Hervorgehoben wurde vor allem das Fairplay gegenüber dem eigenen Körper als wichtige Voraussetzung für nachhaltige Leistungen.

Anschliessend ging die erste Teilnehmergruppe, aufgeteilt in sechs Teams zu den Stationen auf das zentrale Fussballfeld, wo ein Parcours mit sechs Stationen mit je zwei oder drei Betreuern und einem Trainer wartete. Nach dem jeder Teilnehmer ein Blatt für die Erfassung der jeweiligen Wertungen in die Hand bekam, demonstrierten die "Stationsbetreuer" von der U13 FC Thun BeO wie die Übungen im einzelnen durchzuführen sind.

Neben fünf Stationen mit fussballtechnischen Aufgaben gab es eine sechste Station mit Nummer "11", bei der die Betreuer das Trainingsprogramm "Die 11" vorstellten und zum Nachmachen animierten, wobei der eine oder andere Teilnehmer schnell merkte, dass die korrekte Ausführung dieser Übungen eben "etwas Übung" erfordert.



Station "Die 11" - Übungen zur Verletzungsvorbeugung

Foto: Hans-J. Bartl

Die zehn Übungen des präventiven Trainingsprogramms «Die 11» sollen die Verletzungsanfälligkeit verringern und wurden vom Medizinischen Forschungszentrum der FIFA in Zusammenarbeit mit SuvaLiv und dem Schweizerischen Fussballverband entwickelt. Die elfte Übung ist üblicherweise ein Fairplay-Appell.

An den anderen fünf Stationen des Parcours waren die Teilnehmer aufgefordert, das fussballerische Können bezüglich "Dribbeln", "Flanke", "Penalty", "Kopfball" und "Kurzpass" unter Beweis zu stellen. Als Ansporn winkte, je nach erreichter Punktzahl, das Fussball-PLUS Diplom in Bronze, Silber oder Gold.



Vorbereitung

Foto: Hans-J. Bartl



Die Station "Kurzpass"

Foto: Hans-J. Bartl



Station "Dribbeln"

Foto: Hans-J. Bartl



Station "Flanke"

Foto: Hans-J. Bartl



Station "Penalty"

Foto: Hans-J. Bartl



Station "Kopfball"

Foto: Hans-J. Bartl

Das PLUS an den Stationen bestand in einer Frage oder einer Behauptung zu einem Thema der Suchtprävention, Gewaltprävention oder Teambuilding. Mit der Teilnahme an der Diskussion über die richtige Antwort und mit dem Besuch an der Station «Die 11» (Verletzungsprävention) erhielten die Teilnehmer die notwendigen zusätzlichen "PLUS-Punkte" zum Erwerb des Fussball-PLUS Diploms.



Diskussion über eine Prävention PLUS-Frage

Foto: Hans-J. Bartl

Nachdem die dritte und letzte Teilnehmergruppe den Parcours absolviert hatte, wurden bei der abschliessenden Ehrung die 63 Diplome (10x Bronze, 33x Silber, 20x Gold) verteilt. Den drei besten hier genannten Teilnehmern wurde dabei besonderes Lob zuteil: Jonathan Chionre (256+6 Punkte), Micha Strebel (255+6 Punkte) und Lucca Amherd (252+6 Punkte)



Ehrung mit Diplomvergabe

Foto: Hans-J. Bartl



Einer der Besten wird geehrt

Foto: Hans-J. Bartl

Obwohl nicht alle Teilnehmer ein Diplom bekamen, ging niemand leer aus. Ein anschliessendes Essen mit Bratwurst, Cervelat und feinen Salaten für alle und das Erlebnis eines spannenden Nachmittags machten alle Teilnehmer zu Gewinnern. Das unterstrichen abschliessend auch die vielen Worte des Dankes und die vielen lächelnden Gesichter auf dem Abschlussfoto.



Stolze Besitzer eines Fussball-PLUS Diploms

Foto: Hans-J. Bartl