

A. Basispaket – Konditionen

- a. 3 Monate Laufzeit; 1 Einheiten/Woche: 130€/Monat bei 32,50€/Einheit
- b. 3 Monate Laufzeit; 2 Einheiten/Woche: 260€/Monat bei 32,50€/Einheit
- c. 1 Monat Laufzeit; 1 Einheiten/Woche: 180€/Monat bei 45€/Einheit
- d. 1 Monat Laufzeit; 2 Einheiten/Woche: 360€/Monat bei 45€/Einheit

⌚ **Zielvereinbarungsgespräch (Aktualisierung alle 3 Monate)**

Einmalig. 2 Wochen Vorlauf zum Start der Betreuung am 1. des Folgemonats.

⌚ **Fußballerische Intensivförderung in Kleinstgruppen**

Wöchentlich. 1-2 Einheiten pro Woche á 45min in Absprache auf dem Platz des Heimatvereins oder im ADM-Sportpark.

Basispaket – Inhalt

⌚ **Zielvereinbarung**

Festlegung konkreter Entwicklungsziele mit dem Spieler (und den Eltern) auf Grundlage des Scoutingprofils.

⌚ **Fußballerische Intensivförderung in Kleinstgruppen**

Individualisiertes und ganzheitliches Training fußballerischer Fähigkeiten auf Basis der Entwicklungsziele mit dem Fokus sportlicher Alleinstellungsmerkmale (sog. Waffen) auszubilden.

B. Athletikpaket (nur in Kombination mit Basispaket buchbar) – Konditionen

- a. 3 Monate Laufzeit; 1 Einheit/Woche zusätzlich: 180€/Monat zusätzlich bei 45€/Einheit
- b. 1 Monat Laufzeit; 1 Einheit/Woche zusätzlich: 220€/Monat zusätzlich bei 55€/Einheit
- c. Optional: Ernährungskonzeption: 100€ einmalig zusätzlich

⌚ Athletiktestung (Aktualisierung alle 3 Monate)

Einmalig. 2 Wochen Vorlauf zum Start der Betreuung am 1. des Folgemonats.

⌚ Athletische Intensivförderung in Kleinstgruppen

Wöchentlich. 1 Einheit pro Woche á 45min in Absprache auf dem Platz/der Laufbahn des Heimatvereins oder im Krafraum/der Laufbahn/den Plätzen im ADM-Sportpark.

Athletikpaket – Inhalt

⌚ Kraffttestung

Altersgerechte Ganzkörpertestung fußballspezifischer Kriterien im Krafraum im ADM-Sportpark.

⌚ Ausdauerleistungstestung

30-15 IFT-Testung der fußballspezifischen Ausdauer in Absprache auf dem Platz des Heimatvereins oder im ADM-Sportpark.

⌚ Sprinttestung

Ermittlung der Sprintwerte auf 10m, 20m und 30m bei statischem und fliegendem Start.

⌚ Körperlicher Reife- und Wachstumsstand

Ermittlung des physiologischen Entwicklungsstands gemäß DFB-zertifizierter Methodik.

⌚ Zielvereinbarung

Auswertung der gesamten Athletiktestung und Abgleich mit Sollwerten des betreffenden Altersbereichs im Nachwuchsleistungszentrum. Festlegung konkreter Entwicklungsziele mit dem Spieler (und den Eltern) auf Grundlage der Auswertung.

⌚ Athletische Intensivförderung in Kleinstgruppen

Individualisiertes und ganzheitliches Training athletischer Fähigkeiten auf Basis der Entwicklungsziele mit dem Fokus auf fußballspezifischen Kriterien im Bereich Ausdauer (Lauf-, Kraft- und Schnelligkeitsausdauer), Schnelligkeit (Explosivität und Top speed), Kraft (Schnell- und Reaktivkraft), Koordination und Beweglichkeit auszubilden.

C. Mentalcoachingpaket (nur in Kombination mit Basispaket buchbar) – Konditionen

- a. 3 Monate Laufzeit; 1 Einheit/Monat zusätzlich: 50€/Monat zusätzlich bei 50€/Einheit
- b. 1 Monat Laufzeit; 1 Einheit/Monat zusätzlich: 60€/Monat zusätzlich bei 60€/Einheit
- c. 3 Monate Laufzeit; 2 Einheiten/Monat zusätzlich: 100€/Monat zusätzlich bei 50€/Einheit
- d. 1 Monat Laufzeit; 2 Einheiten/Monat zusätzlich: 120€/Monat zusätzlich bei 60€/Einheit

⊕ Persönlichkeitsdiagnostik

Einmalig. 2 Wochen Vorlauf zum Start der Betreuung am 1. des Folgemonats.

⊕ Mentale Intensivförderung in Kleinstgruppen

Monatlich. 1-2 Einheiten pro Monat á 45min – Örtlichkeiten in Absprache.

Mentalcoachingpaket – Inhalt

⊕ Persönlichkeitsdiagnostik

Datenbasierte Erhebung nach den Richtlinien des DFB.

⊕ Zielvereinbarung

Auswertung der Diagnostik und Festlegung konkreter Entwicklungsziele mit dem Spieler (und den Eltern) auf Grundlage der Auswertung.

⊕ Mentale Intensivförderung in Kleinstgruppen

Individualisiertes und ganzheitliches Mentalcoaching mentaler Fähigkeiten auf Basis der Entwicklungsziele mit dem Fokus auf fußballspezifischen Kriterien im Bereich Brainkinetic, Neuroathletik sowie Entspannungs- und Fokussierungsmethoden.

D. Analysepaket (nur in Kombination mit Basispaket buchbar) – Konditionen

a. Einmalig: 100€ zusätzlich

⌚ Trainingsanalyse

Einmalig. 2 Wochen Vorlauf zum Start der Betreuung.

⌚ Spielanalyse

Einmalig. Einmalig. 4 Wochen Vorlauf zum Start der Betreuung.

Analysepaket – Inhalt

⌚ Trainingsanalyse

Beobachtung einer Trainingseinheit im Verein des betreuten Spielers: Erstellung eines Scoutingprofils und Vordefinition von Stärken und Potentialen.

⌚ Spielanalyse

Beobachtung und Aufnahme eines Spiels im Verein des betreuten Spielers: Erstellung einer individuellen Videoanalyse.

⌚ Zielvereinbarung

Nachbesprechung der Videoanalyse und Festlegung weiterführender Entwicklungsziele mit dem Spieler (und den Eltern) auf Grundlage des Scoutingprofils.

E. Entwicklungsplanung (nur in Kombination mit Basispaket buchbar) – Konditionen

b. Einmalig: 100€ zusätzlich

⊕ Entwicklungsempfehlung

Einmalig. 2 Wochen Vorlauf zum Ende der Betreuung am 30. des Betreuungsmonats.

⊕ Maßnahmenumsetzung

Einmalig. Umfang in Absprache.

Entwicklungsplanung – Inhalt

⊕ Entwicklungsempfehlung

Entwicklungsbedingte Einschätzung durch den Trainer und Festlegung möglicher Meilensteine.

⊕ Maßnahmenumsetzung

Ableitung möglicher Maßnahmen auf Basis der Entwicklungsempfehlung sowie Planung und Organisation – z.B. Abstimmung mit dem Trainer im Heimatverein oder Organisation von Probetrainings (auch DFB-Stützpunkt (U12-U15) oder WFV-Auswahl (U13-U18))