

## **Alle Fragen zum Einzeltraining**

### **Ab wann kann ich ein Lauf und Koordinationstraining buchen?**

Ab 8 Jahren und hat nach oben hin keine Altersbegrenzung.

### **Wo findet das Training statt?**

In der Regel findet das Training auf angemieteten Vereins-oder Soccerindoorplätzen statt oder mit Absprache auf Ihrem Vereinsgelände.

### **Was wird hier trainiert ?**

Das Training wird auf die Stärken und Schwächen der Spieler abgestimmt.

Schwerpunkte:

- Schnelligkeit und Koordination
- Ganzkörperstabilisation

### **Wie lange dauert ein Training und was kostet das Einzeltraining?**

Ein Einzeltraining dauert in der Regel 60 Minuten und kostet 40,-EUR plus eventuell anfallende Platzmiete und Anfahrtskosten.

Es können aber auch 2-4 Spieler daran teilnehmen um die Kosten niedriger zu halten, die dann mit Absprache der MFZ-Fußballschule abgesprochen wird.

### **Wann findet das Training statt?**

Individuelle Absprache mit der MFZ-Fußballschule. Auch in den Schulferien.

### **Welche Ausrüstung?**

Fußballschuhe(Kunstrasenschuhe) und wettergerechte Kleidung