



Kombinationsspiel 4.0

Deine Steilvorlage zum erfolgreichen Fußballer

Ein Muss für jeden Amateurspieler, Jugendspieler, Trainer, Spielereltern, Funktionäre

4 Bausteine - 4 Experten

Anpfiff: 20. Juli 2018, 18:00 Uhr in Illerrieden – Illertalhalle

Der Vortrag ist **kostenfrei** aber nicht umsonst!

Kartenreservierung unter event@kombinationsspiel.de

Multidimensionales Fußballtraining

Welche Fähigkeiten brauchst Du als Fußballer **RISING PRO** tatsächlich? Lerne in diesem Vortrag:

1. Auf was es im heutigen Fußball wirklich ankommt.
2. Wie Du diese Attribute effektiv trainieren kannst.



Heidi Jabusch
Ernährung & Fitness

Ohne Mampf kein Kampf!

Bis zu 50% Deines Trainingserfolges hängen von Deinen Essgewohnheiten ab. Erfahre wie Du mit der richtigen Ernährung vor und nach dem Spiel Deinen Körper zur Höchstleistung führst.

Mentale Stärke - Siegen ist Kopfsache

Lerne die 7 schlimmsten Leistungskiller im Fußball kennen und erfahre wie diese durch mentales Training einfach gestoppt werden können, um besser zu spielen. Praxis-Tipps für Trainer und Spieler.



Verletzungen? Nein Danke!



TOBIAS SCHWENKERT
Praxis für Physiotherapie
und Manuelle Therapie

Verletzungen vorbeugen durch Tipps und Tricks der Profis. Werde beweglicher durch den richtigen Einsatz von Hilfsmitteln wie Faszienrolle und verschiedenen Alltagsgegenständen.