

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Einleitung	5
I. Zielsetzung	
Hinweise zur richtigen Betreuung von Spielern verschiedener Altersgruppen	8
Welchen Trainer brauchen die verschiedenen Altersstufen?	8
Zweck der Jugendausbildung	9
Struktur der Ausbildung und organisatorischer Aufbau	10
Was wird vom Training verlangt?	10
Wie soll man unterrichten?	12
Was verlangen wir vom Jugendtrainer?	13
II. Ausbildung	
Fußball und Training – allgemeine Fragen	16
Training muß sein ... aber	17
Der Aufbau des Trainings	18
Eigenverantwortliches Training der Spieler – Selbsttraining	18
Die Technik des Fußballspiels	19
III. Altersstufe 8-12 Jahre	
10 Trainingseinheiten	24-38
IV. Altersstufe 12-14 Jahre	
10 Trainingseinheiten	40-92
V. Altersstufe 14-16 Jahre	
10 Trainingseinheiten	94-153
VI. Altersstufe 16-18 Jahre	
10. Trainingseinheiten	155-205
Die Ballwurfmaschine	206
Nachwort	215