



"leren met plezier"



2-DAAGSE KEEPERSTAGE

in samenwerking met
K.S.V. Bredene



Donderdag 18 en vrijdag 19 april 2019
Op de terreinen van K.S.V. Bredene
Spuikomlaan 21, 8450 Bredene

KEEPERTRAINING O.L.V. GEDIPLOMEERDE KEEPERTRAINERS
VOOR KEEPER VANAF 6 t.e.m. 16 jaar

Als je wil trainen, plezier beleven en daarnaast veel wil leren van het keepersvak, dan verkeer je bij Keeperschool WestSave in de beste handen.



De Peperstraat
schoenen en sport

DAGPROGRAMMA

09.00u tot 09.15u: Demo
09.15u tot 11.45u: Training 1 en 2
11.45u tot 13.00u: Middagpauze
13.00u tot 13.15u: Demo
13.15u tot 15.30u: Training 3 en 4
15.30u tot 16.00u: Spelvorm

TRAININGEN

De trainingssessies zijn opgebouwd volgens een vast schema, waarin de oefeningen eerst gedemonstreerd worden door onze ervaren trainers. Op deze wijze begrijpen de deelnemers wat het doel van de oefening is en waarop zij moeten letten. Daarna wordt de oefening in verschillende variaties in kleine groepen, opgedeeld volgens leeftijd en niveau, herhaald. Na de middagpauze worden er telkens kleine wedstrijden ('challenges') georganiseerd, met de bedoeling om de oefening van de voormiddag in meer realistische situaties te herhalen en deze in de speelwijze van de keeper te verankeren. Zowel tijdens de trainingssessies, alsook tijdens de challenges wordt er op gelet het juiste evenwicht tussen spanning en ontspanning, fun en geconcentreerd werken te vinden.

DEELNAMEPRIJS

In deze prijs is inbegrepen:

- verzekering
- gebruik materiaal en infrastructuur
- drankjes en versnaperingen
- groepsfoto
- diploma
- waardevol aandenken

2 dagen: 55 euro
1 dag : 30 euro

Er is een korting van 5 euro voor gezinnen vanaf twee inschrijvingen.

Vergeet uw lunchpakket niet voor het middagmaal!

Een extra consumptie kan aangekocht worden in de kantine.

HOE INSCHRIJVEN?

- Via www.westsave.be
- Mail naar peterwille@hotmail.be
- Telefonisch: Pedro Versavel 0478/79.29.32 of Peter Wille 0475/55.23.47
- Uw inschrijving is pas geldig na het storten van het deelnemingsgeld op het rekeningnummer. IBAN: BE73 0689 0523 6460 met vermelding "2-daagse keeperstage 2019" en "naam van de deelnemer".