



# VB's Talentakademi

I samarbejde med DanKeepers

- et tilbud til alle drenge og piger fra U8-U12

Vejle Boldklub er glade for igen at kunne tilbyde fredagstræning på talentakademiet, som er for alle, der har lyst til endnu mere fodbold.

VB's dygtige trænere planlægger og står for træningen, som foregår efter VB's principper og standarder, så deltagerne får et indtryk af den røde tråd i klubben.

DanKeepers står for både planlægning og udførelse af målmandstræningen.

## Er du markspiller, så læs her:

Træningen vil, i modsætning til tidligere, være en direkte afspejling af Vejle Boldklubs røde tråd. Træningen er udelukkende varetaget af Vejle Boldklubs DBU-uddannede trænere. Spillerne vil i højere grad blive matchet på deres eget dygtighedsniveau og vil derfor også opleve et langt større udbytte af træningen. Spillerne bliver derfor niveauopdelt efter evner. Herefter varetages træningen af Vejle Boldklubs trænere, så spillerne får et indblik i måden der trænes på i Vejle Boldklub.

Som afslutning på forløbet får alle en personlig evaluering af udvikling og fokuspunkter.

### Eliteniveau:

- Du tilmelder dig dette niveau, hvis du har deltaget i større stævner mod dygtige hold (licensklubber) og generelt træner og spiller på et højt niveau til daglig.

### A-niveau:

- Du tilmelder dig dette niveau, hvis du deltager i DBUs A-turnering og generelt træner på et middelhøjt niveau til daglig.

### B-niveau:

- Du tilmelder dig dette niveau, hvis du deltager i DBUs B-turnering og generelt træner på et middelhøjt niveau til daglig.

Hvis der er tvivl om spillerens niveau er I velkomne til at sende en email eller ringe til den sportslige leder Thomas B. Graabæk - [graabeck\\_10@hotmail.com](mailto:graabeck_10@hotmail.com) - 2857 3894

## Hvad får jeg (spiller)?

- 8 træninger á 1 times varighed med DBU-uddannet VB-træner
- Teknisk og taktisk fejlretning af VB-trænere
- Niveauinddelt træning – tilpasset spilleren
- Muligheden for at træne sammen med spillere man ikke træner med til daglig
- Muligheden for at træne efter Vejle Boldklubs filosofi og principper
- Træning med individuelt fokus
- Muligheden for at møde VBs 1. divisionsspillere (gæstetrænere)
- 1 x billet til Vejle Boldklub hjemmebanekamp
- 1 x skriftlig evaluering af Vejle Boldklubs trænere af udviklingsforløbet



## Er du målmænd, så læs her:

Målmændstræningen bliver varetaget af de dygtige DBU-uddannede instruktører fra DanKeepers.

VB målmændsakademi er udviklet til både bredde- og elitemålmænd. Målmændene kan ved tilmelding vælge, om de ønsker træning i bredde- eller elitegruppen. Breddegruppen er en gruppe, hvor der er tid og plads til alle uanset alder, niveau og erfaring. Træningstemaerne vil være basis gribe, spring og -faldteknik, placering samt koordination. Elitegruppen er en gruppe hvor målmændene vil få selvtræningsøvelser og opgaver, som de skal arbejde med derhjemme inden næste træning. Træningstemaerne vil her være, reaktion, hurtighed, bevægelse, indlæg, igangsætninger, spil med fødderne, 1:1 situationer samt koordination og teknik.

### Eliteniveau:

- Du tilmelder dig dette niveau, hvis du spiller på højere niveau, eller føler du har styr på de basale målmændsteknikker. Eliteniveau er for dig som har et højt ambitionsniveau som målmænd. Det forventes, at man er træningsparat.

### Basisniveau:

- Du tilmelder dig dette niveau, hvis du vil være dygtigere til målmændsfagets basale teknikker. Her er det også muligt at lege målmændstræningen ind hos de yngste. En fint sted at starte for de mindste og et fint sted at blive dygtigere hvis man mangler basale teknikker.

Hvis der er tvivl om spillerens niveau er I velkomne til at sende en email eller ringe til den sportslige leder Thomas B. Graabæk - [graabeck\\_10@hotmail.com](mailto:graabeck_10@hotmail.com) - 2857 3894

## Hvad får jeg (målmænd)?

- 8 træninger á 1 times varighed med DBU-uddannet DanKeepers-instruktør
- Professionel struktureret målmændstræning (Basis/Elite)
- Træning med individuelt fokus (Basis/Elite)
- Rådgivning og vejledning (Basis/Elite)
- Konditions- og koordinations træningstemaer (Basis/Elite)
- Opfølgning (Basis/Elite)
- Selvtræningsøvelser (Elite)
- Udviklingsplan (Elite)
- Muligheden for at møde VBs 1. divisionsspillere (gæstetrænere)
- 1 x billet til Vejle Boldklub hjemmebanekamp



## Praktisk info:

**Hvad:** 8 træninger á 1 time enten 16-17 eller 17-18 afhængig af holdsammensætning – tidspunkt meldes ud hurtigst muligt efter deadline.

Der er som minimum 1 træner pr. 6 spillere. Dvs. et hold består af max. 12 spillere med to trænere. Dette giver mulighed for specialisering og individuel coaching på spillerne. Målmandstræningen foregår i mindre grupper, men er også opdelt efter niveau.

**Hvornår:** 29/4, 13/5, 20/5, 27/5, 3/6, 10/6, 17/6 og 24/6

**Hvor:** VB Parken, Hellumvej 9, 7100 Vejle

**Tilmelding senest 8/4-2016** på mail: [kontor@vejleboldklub.dk](mailto:kontor@vejleboldklub.dk) - oplys venligst:

- Spillers navn
- Årgang
- Klub
- Spiller / målmand
- Niveau (elite, A eller B for spillere og elite eller basis for målmænd)
- Favoritposition på banen
- Kontaktperson
- Mail
- Mobil

**Betaling:** Beløbet overføres til 3409 11588441 (husk at oplyse navn+klub på overførslen)

- Spiller 1.199,-
- Målmand 1.499,-

**N.B: bemærk at tilmeldingen  
først er endelig når beløbet er  
indbetalt**

