

Programmkonzept Trainingscamp

Version: 19.06.20

Idee zum Programm

Als BESJ-Unihockey verstehen wir uns trotz Mannschaftssportlichen Zielen als grosse Familie mit vielen Teams. Das Programm soll darum den Teams und Spieler/-innen einerseits die Möglichkeit bieten, als Team zu trainieren und andererseits durch die Gemeinschaft und das Know-How anderer zu profitieren. An einem Treffen aller beteiligten Teams wird das def. Programm zusammengestellt.

Zum Trainingsprogramm

- **Vormittag:** Jeweils am Vormittag trainieren die die Spieler/-innen in ihren Teams. So können die Teams gemeinsam Fortschritte machen. Diese Trainings werden von den Trainer/-innen der Teams vorbereitet und durchgeführt.
- **Nachmittag:** Am Nachmittag wird den Spieler/-innen über das eigene Team hinaus ein abwechslungsreiches Programm geboten. Dieses Programm einheiten werden unter den Mitarbeiter/-innen des gesamten Camp-Team verteilt und individuell vorbereitet.
 - Training nach Stärkeklassen
 - Spezielles Goali-Training (evtl. mit einem Swiss-Unihockey-Goali)
 - Polysportives Wahlprogramm mit verschiedenen Sportarten
 - Kreatives Wahlprogramm mit als Auflockerung zum Sportprogramm
- **Abschlussturnier:** Am Freitagnachmittag veranstalten wir als Trainingshöhepunkt ein Abschlussturnier. Dies kann in den Teams oder auch gemischt ausgetragen werden. Abgerundet wird dieses Turnier durch ein Spiel zwischen der Siegermannschaft und einem Trainerauswahlteam.

Zum Rahmenprogramm

Zum Rahmenprogramm gehören Aktivitäten, die wir geschlossen als Camp-Gemeinschaft machen sowie die geistlichen Inhalte. Sie konzentrieren sich zeitlich vor allem auf den Camp-Start- und Schluss, die Stille-Zeit-Gruppen und das Abendprogramm. Inhaltlich werden sie gemeinsam von den Mitarbeiter/-innen des Camps vorbereitet.

- **Camp-Start:** Zu Beginn wollen wir uns gegenseitig, wie auch die Ortschaft etwas besser kennen lernen mit einem gemeinsamen Einstiegs-Spiel.
- **Stille Zeit:** Jeden Morgen haben die Teams Zeit, in Kleingruppen ein Thema (gemäss dem geistlichen Konzept) anhand der Bibel anzuschauen und zu vertiefen.
- **Abendprogramm:** Im Abendprogramm wollen wir durch spielerische Elemente die Gemeinschaft untereinander pflegen. Inbegriffen ist jeden zweiten Tag auch ein Input.
- **Spezialabende:** Vorgesehen ist, dass wir an einem Abend auch ein Geländespiel machen. Ebenfalls ist angedacht, an einem Abend einen Nati-Spieler einzuladen, der uns etwas von seinem Alltag erzählt. Und wir können auch entscheiden, einen Gruppenabend mit Abkochen in den Teams einzuplanen.
- **Hausputz:** Den Abschluss macht der gemeinsame Hausputz am Samstag.

Geistliches Konzept

Das Geistliche Konzept besteht aus dem Konzept an und für sich und einem Stille-Zeit-Heft für die Kleingruppenzeit am Morgen. Es gibt die geistlichen Tagesthemen vor für die Inhalte der Stillen Zeit und der Inputs am Abend. Das Konzept wird durch den BESJ-Bereichsleiter ausgearbeitet.