



Newsletter 1 - Saison 2013/2014

Credit Suisse Football Academy Emmen

"Auf ein Neues - wir blicken zurück!"

Bereits zum neunten Mal haben fussballhungrige, talentierte Fussballer aus der ganzen Deutschschweiz - genau elf an der Zahl - ihre Ausbildung in der Credit Suisse Football Academy in Emmen begonnen. Sie nehmen dabei viele Veränderungen „in Kauf“: neue Wohnsituation in einer Gastfamilie, neue Klasse und damit neue Lehrpersonen, neue Trainer und Mitspieler, zum Teil lange Reisewege. Dies alles, um ihr Ziel, Profi-Fussballer zu werden, erreichen zu können.

Das CSFA-Team - Saison 2013/14

In der aktuellen Saison sind in der CSFA Emmen 18 Spieler aus insgesamt 10 Vereinen aus dem Jun.-Spitzenfussball vertreten. Das komplette Team (inkl. Staff) zeigt sich wie folgt:



Oben v.l.n.r.: Ilir Zenuni (FC Basel), Jordan Puglia, Kevin Rüegg (beide FC Zürich), Araz Sadik (FC Winterthur), Yves Kaiser (FC Basel), Jasper Van der Werff (FC St.Gallen), Began Kurtovic, Rijad Saliji (beide FC Winterthur) und Kastriot Ndau (FC Zürich).

Mitte: Heinz Moser (Leiter CSFA), Jürgen Feigel (Pädagogischer Mitarbeiter), Kurt Wiprächtiger (Schulkoordinator), Guido Stadelmann (TH-Trainer), Hansruedi Wüest (Betreuer), Walter Iselin (Trainer) und Marinko Jurendic (Trainer).

Sitzend: Leo Schrittwieser (FC Solothurn), Nicolas Künzli, Dennis Laezza (beide FC Zürich), Noah Berchtold (Team Wallis/FC Sion), Pascal Brügger (FC Winterthur), Lars Hunn (FC Aarau), Liridon Mulaj (Neuchâtel Xamax), Sebastian Meier (FC Luzern) und Mike Moser (BSC Young Boys).

Start ins neue Schuljahr

Auch in ihren zum Teil neuen Klassen sind die neuen AZ-ler gut ins neue Schuljahr, respektive in die neue Saison gestartet. Von allen Lehrpersonen gibt es zumeist Lob über ihre neuen Sportschüler und dies beruht auch mehrheitlich auf Gegenseitigkeit. In einer Rückmeldung schrieben fast alle Spieler, dass sie von ihren Klassen und den Lehrpersonen sehr gut aufgenommen worden sind und sie sich in der Schule wohl fühlen. Das Ziel der Mitarbeiter, eine optimale Integration der neuen Spieler anzustreben, kann demzufolge als gelungen bezeichnet werden.

Es gab in diesem Jahr allerdings auch einige „Komplikationen“ mit dem Wochenstundenplan, da wir bekannterweise nicht eine separierte Sportklasse führen, sondern unsere Spieler in die verschiedenen Regelklassen integriert werden. Mit einigen Rochaden und nicht zuletzt auch dank der flexiblen Emmer Lehrerschaft konnten diese aber gelöst werden.

|  Ausbildungszentrum des SFV Centre de Formation de l'ASF Centro di Formazione dell'ASF Football Academy of the SFA | | Credit Suisse Football Academy Emmen | | | | | | | |
|--|-----------------------|--|--------------------------|--|------------------------|----------------|---------|--------------------|--------------------|
| Wochenplan Saison 2013/14 | | | | | | ab August 2013 | | | |
| Zeit | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag | | |
| 07.25 - 08.10 | Schule | Schule | Schule | Schule | Schule | Frei | Frei | | |
| 08.15 - 09.00 | Schule | | | | | | | | |
| 09.05 - 09.50 | | | Trainersitzung | | Trainersitzung | | | | |
| 10.10 - 10.55 | | | W. Iselin / M. Jurendic | | W. Iselin(J. Feigel) | | | | |
| 11.00 - 11.45 | | | G. Stadelmann | | G. Stadelmann | | | | |
| 12.00 / 13.00 | W. Iselin (HR. Wüest) | K. Wiprächtiger | 13.00 Uhr M. Jurendic | J. Feigel | 12.40 Uhr W. Iselin | | | oder | oder |
| 13.30 - 14.15 | Schule | Schule | 14.00 - 16.00 Uhr | Schule | Schule | | | Spiel im Verein | Spiel im Verein |
| 14.20 - 15.05 | | Trainersitzung | Stütz-Unterricht | Trainersitzung | evt. Abreise | | | | |
| 15.45 - 17.15 | W. Iselin + Physio | W. Iselin / M. Jurendic G. Stadelmann | Gastfamilie | W. Iselin / M. Jurendic evt. Physio | Abreise | | | | |
| 17.45 - 18.45 | W. Iselin | M. Jurendic | | W. Iselin | Training | | | | |
| 18.45 - 19.30 | W. Iselin | M. Jurendic | | W. Iselin | im Verein | | | | |

| | | | |
|---|--|--|---|
|  Planung |  Training |  Hausaufgaben |  Essen |
|---|--|--|---|

Wochenplanung Saison 2013-14

Ämtli-Dienst

Zum Alltagsleben eines Emmer „Jungprofis“ gehört auch der Dienst an der Gemeinschaft. So haben alle Spieler wochentags verschiedene "Ämtli" pflichtbewusst zu erledigen: Essen servieren und Tisch abräumen, Material pflegen, Ordnung in Aufenthaltsraum und Schulzimmer gewährleisten, Wäsche kontrollieren und bereitstellen...

Trainer **Walter Iselin** erstellt für die anstehenden Arbeiten alle zwei Wochen einen "gerechten" Plan, der natürlich von den Spielern genauestens kontrolliert wird.

Mike Moser beim „Service“



Neue Junioren-Nationalspieler



Mehrere neue CSFA-Spieler sind bereits vom (ebenfalls neuen) U15-Nationaltrainer **Stefan Marini** ins Nationalteam aufgeboten worden:

Ilir Zenuni, Jordan Puglia (rechts), **Kastriot Ndau** (links) und **Noah Berchtold** (Mitte) haben im September in den siegreich gestalteten Länderspielen gegen Schottland bereits erste internationale Erfahrungen gesammelt. Weitere CSFA-Spieler sind im erweiterten Kader und werden im neuen Jahr doppelt motiviert sein, um ebenfalls die ersten wichtigen internationalen Einsätze absolvieren zu dürfen...

Leistungstests

In der CSFA Emmen wird das physische Leistungsvermögen regelmässig mittels spezifischer Leistungstests gemessen. Die Tests, welche neben den regelmässig erfassten allgemeinen Messdaten (Grösse/Gewicht/BMI) zur Anwendung kommen, sind u.a. Rumpfkraft, Schnelligkeit (10m/30m und Stop&Go) und Ausdauer (Yo-Yo).

Auf Grund der Testergebnisse werden Trainingsschwerpunkte für das individuelle Training festgelegt. Die Leistungsfortschritte werden regelmässig überprüft und die Wirkung des individuellen Trainings am Ende einer festgelegten Trainingsperiode evaluiert. Eine solche Periode dauert 6-8 Wochen und wird auf der Jahresplanung gemäss den athletischen Ausbildungsschwerpunkten gezielt eingesetzt.



Ilir Zenuni beim Test „Rumpfkraft lateral“

Videoanalyse



Trainer Walter Iselin analysiert mit Sebastian Meier die Videoaufnahmen im CSFA-Büro.

Jeder Spieler wird pro Halbjahr mehrmals von den diversen eingesetzten SFV-Scouts bei den Meisterschaftsspielen beobachtet und gemäss vorgegebenem Rapport detailliert beurteilt. Bei diesen Spielbeobachtungen werden unsere Spieler punktuell auch gefilmt. Diese Aufnahmen werden zur Videoanalyse durch die CSFA-Trainer mit den Spielern genutzt.

Wichtig neben der eigentlichen Leistungsbeurteilung der einzelnen Spielsituationen gemäss den SFV-Beurteilungskriterien ist immer auch, die Selbstwahrnehmung und die Kritikfähigkeit zu fördern.

Monats-Events: Kein neuer Roger

Einmal pro Monat veranstalten wir einen Monats-Event. Ziel: Abwechslung zum täglichen Trainingsalltag und Erweiterung des (sportlichen) Horizontes.

Stand im Oktober noch ein Orientierungslauf durch die Sehenswürdigkeiten der Stadt Luzern auf dem Programm, so waren im November Filzball und Badminton-Shuttle im Mittelpunkt.

Gemäss Aussagen unseres Haupttrainers ist aber im Tennis aus unseren Reihen kein Nachfolger für Roger Federer zu erwarten...



Jordan Puglia (vorne) in vollem Einsatz und Kastriot Ndau (rechts) als staunender Mitspieler

Elternabend Karriereplanung

Am Mittwoch, 6. November orientierten unsere SFV-Berufsberaterin **Marlies Zuber** und **Heinz Moser** unsere neuen Spieler und deren Eltern über ihre Karriereplanung und Weiterbildungsmöglichkeiten nach Abschluss der Zeit hier in Emmen. Marlies Zuber übernahm den schulischen, Heinz Moser der fussballerische Part.

Ein kleines Detail aus den Vorträgen: Von den 47 Nationalspielern in der Aera Kuhn/Hitzfeld, welche im Ausland spielten, haben lediglich vier (!) bereits im Juniorenalter ins Ausland gewechselt. Alle andern machten ihre fussballerische Grundausbildung in der Schweiz fertig und spielten zuerst in der 1.Mannschaft ihres Vereins!

Zu Besuch bei einer Gastfamilie



Eine Gastfamilie "der ersten Stunde" ist die Familie **Ruth und Billy Meyerhans**. Seit dem Bestehen (Sommer 2005) unseres Ausbildungszentrums beherbergt die auf einem Emmer Gehöft lebende Familie des ehemaligen Spitzenbobfahrers bis zu vier unserer Spieler.

Herzlichen Dank für die hervorragende Betreuung und die Treue!

Unser Trainer Marinko Jurendic beim alljährlichen Grillfest bei der Gastfamilie Meyerhans (im Bild Ruth)

Wir wünschen Ihnen allen frohe und erholsame Festtage, einen guten Rutsch ins neue Jahr, beste Gesundheit und viele tolle Erlebnisse im 2014!

Sportliche Grüsse

Heinz Moser
Leiter CSFA Emmen

Kurt Wiprächtiger
Schulkoordinator CSFA Emmen