



Anmeldung zum GreenMachine Frauen Camp Oktober 2023

Der AFCV NRW e.V. veranstaltet am 07./08.10.2023 im Rahmen der Auswahlmannschaften der GreenMachine ein Frauen Camp in Bonn. Das Wochenende ist bewusst in inhaltlich unterschiedliche Campstage unterteilt, um sowohl Grundlagen zu vermitteln, als auch den Grundstein für die Saison 2024 zu legen, in der die GreenMachine Frauenauswahl an einem Freundschaftsspiel gegen eine andere Landesauswahl teilnehmen soll.

Die Teilnahme am **CAMP TAG 1** ist für alle Mädchen und Frauen aus den Vereinen unseres Landesverbands möglich.

Die Teilnahme am **CAMP TAG 2** ist erfahrenen Spielerinnen aus NRW vorbehalten.

Talentierte Anfängerinnen erhalten am Ende des ersten Trainingstags eine Einladung zum CAMP TAG 2 durch die Coaches.

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Auswahlmannschaft sind:

Beherrschen der Grundlagen für die einzelnen Positionen (s.u.) und ein Mindestalter von 16 Jahren.

Die Teilnahme ist für Spielerinnen des aktuellen 75er Kader der Damen Nationalmannschaft kostenfrei!

Walk-on Coaches welcome!

Neben dem bestehenden Coaches Staff um Headcoach Florian Hartmann haben auch Trainerinnen und Trainer die Möglichkeit als Walk-on Coach an dem Camp teilzunehmen.

Die Teilnahme ist für Walk-on Coaches kostenfrei.

Datum: Samstag, 07.10.2023

Check-in: 9:30 Uhr

Trainingsbeginn: 10:00 Uhr

Ende der Veranstaltung: ca. 16:00 Uhr

Ort:

Sportplatz Brüser Berg (Kunstrasenplatz)

Schießstandweg 25, 53125 Bonn-Brüser Berg

Teilnahmegebühr inkl. Camp-Shirt und Sidelineverpflegung:

25,- Euro

Die Teilnahmegebühr wird vor Ort eingesammelt.

Sonstiges:

Die Teilnahme kann nur in vollständiger Footballausrüstung erfolgen.

Trainingsshirts sollten entsprechend eurer gewählten Unit neutral sein:

Weiß (Offense), Schwarz (Defense), Rot (QB)

Übernachtungsmöglichkeit bietet die Jugendherberge Bonn (Buchung selbständig)

Je nach Nachfrage (Abfrage über das Anmeldetool) versuchen wir eine Übernachtungsmöglichkeit in einer nahegelegenen Turnhalle zu organisieren.

Weitere Infos zum Ablauf erhalten angemeldete Spielerinnen ca. 2 Wochen vor dem Camp.



Hier die Grundlagen für die einzelnen Positionen, die die Coaches für Spielerinnen der GreenMachine Frauenauswahlmannschaft 2024 voraussetzen:

QB:

- > stance and starts
- > basic food work (1/3/5 step Drop, Hand off inside outside Toss)
- > Cover erkennen

RB:

- > 2-Point /3-Point stance
- > Starts inside/outside/counter/toss
- > Handoff/Toss
- > Leadblock
- > Passblock

WR:

- > Fangen können
- > Stance and Starts
- > Release gegen DB auf verschiedenen Positionen
- > Re-Routen
- > Basic Routes
- > Runblock

OL:

- > 2-Point/3-Point stance
- > Starts Runblock
- > Starts Passblock
- > Steps Doubleteam

DL:

- > Stance and Starts
- > Run/Pass erkennen und dagegen arbeiten
- > Rip, Swimm, push and Pull Technik schonmal gehört
- > Pinch Foodwork

LB:

- > stance and starts
- > Run fits
- > Shuffle
- > Run to pass movement
- > Zonen kennen die zu covern sind
- > Tackling

DB:

- > basic footwork
- > Kontaktfreudig
- > Gute Catch Fähigkeit
- > Unterschied kennen bei Man und Zone
- > Zonen spielen können
- > Run support spielen können