

Paul Glück

DAS PERFEKTE FUSSBALLTRAINING

DIE 100 BESTEN REZEPTE FÜR AMATEURTRAINER

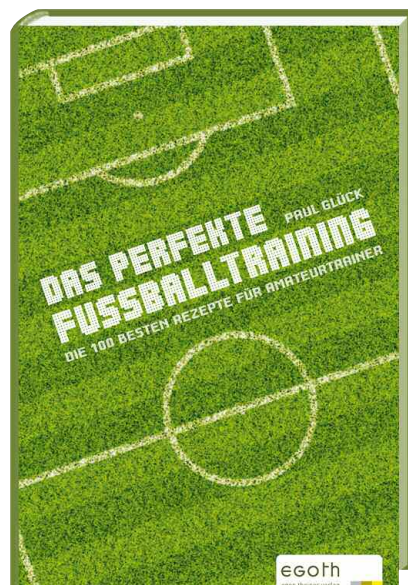
„Ich bin elf Freunde“. Diese Fußballerweisheit ist wohl die treffendste Beschreibung für Paul Glück, der 2008 das Buch „Das perfekte Fußballtraining“ im egoth Verlag veröffentlicht. Auf den ersten Blick kommt es im Mantel eines gewöhnlichen Fußballlehrbuches daher, doch tatsächlich verbirgt sich hier ein noch nie vorher gebotener Schatz an Fußballerfahrung, der sich so nah wie kaum ein anderes Buch am Trainingsalltag von Hobby- und Amateurfußballvereinen orientiert.

Paul Glücks Werk lässt jedes verstaubte und altbackene Theorie- und Praxislehrbuch alt aussehen. Hier wird auf die tatsächlichen Bedürfnisse im Training eingegangen, und das Buch bietet jedem Amateur und Nachwuchstrainer unzählige Ideen und Anregungen ein spannendes Fußballtraining zu gestalten. Das Buch ist speziell für Leute gemacht, die keine Ausbildung im Fußballbereich haben und sich nicht mit der trockenen, teilweise zu detaillierten Fachliteratur auseinandersetzen wollen. Trainern und Übungsleitern wird ein Leitfaden für ein schnelles Fußballmahl in die Hand gegeben, für Laien ist das Werk ein Fünf-Gänge-Menü in Sachen Trainingslehre. Die Unterteilung in spezielle Rubriken hilft, sich einen gelungenen Trainingsmix aus mehreren Übungskomponenten zusammenzustellen. Mit den einfachen Illustrationen erhält man sofort einen Überblick über die jeweils beschriebene Übung, selbst, wenn man den zugehörigen Beschreibungstext nicht gelesen hat.

Dieses Handbuch ist der optimale Einstieg für alle Trainer und Spieler im Amateurfußball. Egal ob groß oder klein, Mann oder Frau. Das Buch bietet eine Menge Ideen, um Fußballern ein spannendes, abwechslungsreiches und professionelles Training zu bieten. Die Trainingsübungen sind einfach beschrieben, verständlich illustriert und zeigen, wie vielfältig und abwechslungsreich die Möglichkeiten sind, die man mit einem schlichten Fußball hat. Skeptiker werden das Buch nur als einen weiteren Versuch betrachten, sich vom alten Fußballstaub trennen zu wollen, für Fans und alle anderen, die sich darauf einlassen, ist es die lange erwartete Revolution im Fußballtraining.

Der Autor

Paul Glück, 1941 in Oberschlesien (Polen) geboren, wurde in seiner Jugend von Fußballtalentsuchern entdeckt. Von 1963 bis 1977 war er als Spieler und Trainer in der polnischen Fußball-Profiliga, unter anderem bei GKS Kattowitz, tätig. Er absolvierte auf der Sportschule in Kattowitz seine Ausbildung zum Diplom-Profitrainer. Seit 1978 lebt und betreut er Jugend- und Amateurmansschaften in Deutschland.



In Deutschland, Österreich und der Schweiz zu beziehen unter anderem bei:

