



# FC NANA JUNIORS

#LECȚII DE FOTBAL #LECȚII DE VIAȚĂ

## INTREBARI FRECVENTE

### **Cate Antrenamente pe saptamana?**

Fiecare grupa face 2 antrenamente de fotbal si unul complementar (alte sporturi):  
Atletism sau Judo in functie de perioada (vara, iarna, vacanta sau perioada competitionala)

### **Unde sunt situate locatiile de Antrenament?**

Terenul de Antrenament din Zona de Nord, Sectorul 1, este situat in Parcul Herastrau, pe malul lacului, langa terenurile de tenis, complex BTT sau langa Restaurantul Isoletta.  
Terenul de Antrenament din Zona de Sud, Sectorul 4, este situat in Parcul Tineretului (la intrarea in Parc, urcand spre Sala Polivalenta).

### **Cat costa un abonament lunar?**

In baza din Sectorul 1 (Herastrau), locatie cu 2 ani vechime, Abonamentul Lunar costa 600 lei / persoana, pentru nou veniti.  
In baza din Sectorul 4 (Tineretului), locatie noua, Abonamentul Lunar costa 400 lei /persoana.

### **Ce are nevoie copilul meu sa aduca la Antrenament?**

Echipament de sport: sort, tricou, sosese, pantofi fotbal pentru teren sintetic (crampoane mici de cauciuc) si buna dispozitie. In sezonul rece - bluza trening, pantaloni trening, bluza termica, pantaloni termici, bluza ploaie, caciula.

### **Cum sunt repartizati copiii in echipe?**

Copiii sunt repartizati pe Grupe de Varsta. Nou veniti intra, pentru inceput, in Grupele de Initiere, unde ne cunoastem, unde fac cunostinta cu ceilalti copii si se acomodeaza cu lucrul in echipa, la FC Nana Juniors.

### **Cat dureaza o sedinta de Antrenament?**

Pentru copii de pana la 8 ani (inclusiv): 1h30 min  
Pentru copii de la 9 ani in sus: 2h

### **La sfarsitul saptamanii joaca meciuri?**

Echipele inscrise in campionat joaca meciuri la sfarsitul saptamanii (Sambata sau Duminica).

### **Unde se desfasoara sedintele de Atletism?**

Pentru Zona de Nord: Sedintele de Atletism se desfasoara la Stadionul Iolanda Balas (langa Arcul de Triumf) sau la baza de antrenament din Parcul Herastrau.  
Pentru Zona Tineretului: Sedintele de Atletism se desfasoara la Stadionul Lia Manoliu (Stadion 23 August) sau la baza de antrenament din Parcul Tineretului.

### **Cine supervizeaza Sedintele de Atletism?**

Antrenori de Atletism, fosti campioni ai Romaniei, participanti la Olimpiade, Campionate Mondiale, Europene.

### **In ce constau Antrenamentele de fotbal la FC Nana Juniors?**

Plecam de la scopul ca cei mici vin sa invete: sa comunice, sa fie buni colegi, sa isi dezvolte calitatile motrice, sa descopere fotbalul, si in general, sa capete deprinderi bune. Sa se bucure de fotbal si sa se bucure sa joace fotbal impreuna cu ceilalti copii de la club.

**Cati participanti vin la Antrenament?**

In grupele mici, de la 4-7 ani, o grupa poate ajunge pana la 25 - 30 copii.

La Grupele mai mari (de peste 8 ani): numarul de copii ajunge pana la 20 intr-o grupa .

**Cine ii antreneaza pe participanti?**

O grupa de pana la 10 copii este pregatita de un Antrenor.

Peste 10 copii, grupa este pregatita de 2 Antrenori.

**Parintii pot asista la Sesiunea de Antrenament?**

La inceput, la primele sedinte, parintii pot asista la Sesiune de Antrenament. Este o experienta noua pentru toata lumea, deopotriva pentru copii si parinti, de aceea ne bucuram sa oferim parintilor posibilitatea de a-si vedea copii antrenandu-se, iar copiilor sa fie vazuti de parinti.

Dupa primele sedinte de "acomodare", parintii vor sta la distanta.