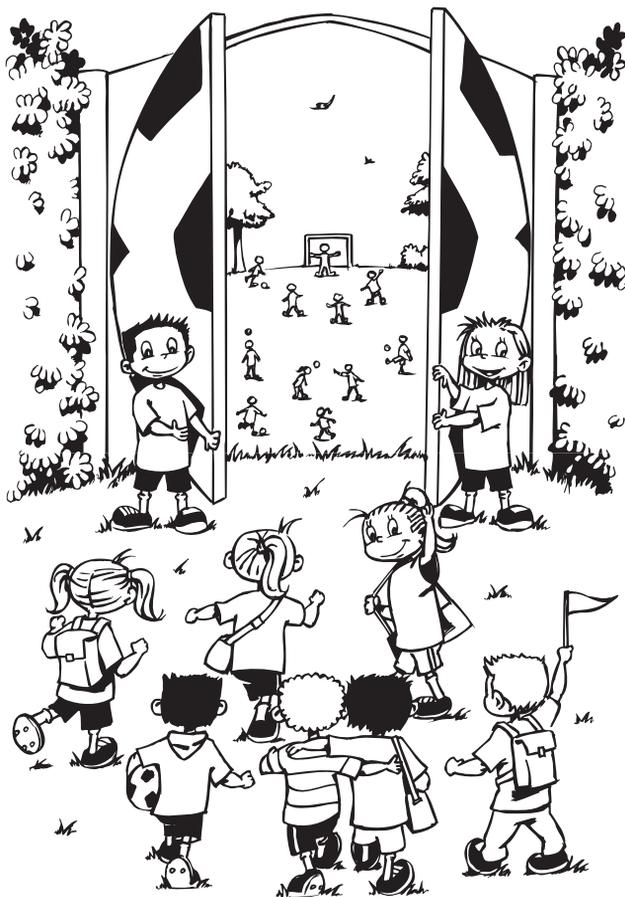




РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ОТКРЫТЫХ ШКОЛ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНОГО ФУТБОЛА



РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Кишинэу, 2022

Автор: *Патраш Светлана*

Редакционная коллегия:

Чебан Наталья

Кику Дануца

Патраш Артур

Мардарь Виктор

Погаревич Яна

Романенко Юлиана

DESCRIEREA CIP A CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII DIN REPUBLICA MOLDOVA

Патраш, Светлана.

Рекомендуемые игры и упражнения для открытых школ развлекательного футбола : Рабочая тетрадь для тренера / Светлана Патраш. – Кишинэу : Б. и., 2022(Тирografia-Sirius). – 38 p. : fig., tab.

Aut. indicați pe vs. f. de tit. – 100 ex.

ISBN 978-9975-57-329-0.

796.332.015

П 207

ОТКРЫТЫЕ ШКОЛЫ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНОГО ФУТБОЛА 2022

В 2022 году мы предлагаем новый формат проведения Открытых Школ Развлекательного Футбола.

ОТКРЫТЫЕ ШКОЛЫ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНОГО ФУТБОЛА – проводятся для 96 детей в возрасте U7 – U9 в течении 3 дней и 96 детей U10 – U11 следующие 3 дня. В общей сложности 6 дней проходят ОТКРЫТЫЕ ШКОЛЫ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНОГО ФУТБОЛА с участием 192 ребёнка, после чего в течении года также проводятся внешкольные мероприятия.

Нашей главной задачей является то, чтобы дать возможность каждому ребёнку получать удовольствие от описанных в этом пособии упражнений и **игры в футбол**. В достижении этих целей нам помогает разделение футбольного поля на 12 секторов (станции) по 8 детей, и смена станции в течении первых двух дней, в каждый день дети проходят 6 станции по **10 минут**. На следующий день дети проходят следующие 6 станции.

В каждом секторе заранее подготовлен соответствующий спортивный инвентарь для тренировки. Ассистенты тренеров вместе с группой детей переходят в следующий сектор, чем обуславливают избежание повтора одних и тех же упражнений на одном участке. Каждый тренер знает, что он должен делать в конкретно отмеченном секторе заранее.

Успех Открытых Школ Развлекательного Футбола, естественно, зависит от организации работы, условий, финансовых и технических возможностей. Но всё-таки важнее всего то, чтобы тренер был воспитанным, образованным и внимательным человеком, который максимально использует свой профессиональный опыт. Дети будут рады тренироваться у такого тренера, а после окончания Открытой Школы Развлекательного Футбола, у них останутся тёплые и добрые воспоминания о нём.



Формат проведения Открытых Школ Развлекательного Футбола

Предлагаемый формат: 12 станций – по 8 детей.

1 день U7 – U9	2 день U7 – U9	3 день U7 – U9	4 день U10 – U11	5 день U10 – U11	6 день U10 – U11
6 станции + футбол	6 станции + футбол	Кубок Бон-Бон	6 станции + футбол	6 станции + футбол	Кубок Бон-Бон

Каждый день дети после того, как прошли 6 станций обязательно играют в футбол (рекомендуем 2 тайма по 5 минут).

Теория и методика тренировочного процесса

Руководство игры головой для юных игроков

В рамках проекта Открытые Школы Развлекательного Футбола внесены изменения в методику тренировочного процесса игры головой, а именно: для юных игроков до 11 лет не рекомендуется включать “Игру головой” в тренировочный процесс.

Согласно последним исследованиям в области детского футбола, было установлено, что “Игра головой” для возрастной группы до 11 лет представляет опасность для ребенка.

Интонация и тональность во время тренировочного процесса воздействуют не только на сознание, но и на чувства детей, поскольку придают эмоциональную окраску словам и фразам. **Тон речи тренера должен быть спокойным, и уверенным во время всего тренировочного занятия, футбольного фестиваля или матча.**



График работы:

1. Станция – Полиция
2. Ведение мяча
3. Игры и эстафеты (ведение мяча)
4. Финты
5. Игры и эстафеты (финты)
6. Лучший вратарь
7. Сплочение команды
8. Игры, эстафеты (на координацию)
9. Передача и прием мяча
10. Игры и эстафеты (передача и прием мяча)
11. Удары по воротам
12. Игры малыми составами (4x4)

Требования к проведению

- Пауза 2 минуты между станциями
- На каждой станции присутствует один тренер и один ассистент тренера
- Присутствие врача и дежурной машины
- Достаточное количество питьевой воды
- На каждой станции 8 детей

На **Открытых Школах Развлекательного Футбола 2022**, используется инвентарь, предоставленный проектом. Футбольный клуб, спортивная школа и общеобразовательное учреждение также предоставляют спортивный инвентарь для проведения мероприятия.

Условные обозначения:



мяч,



конус,



фишка,



манишка,



барьер,



тренировочная лестница,



координационные круги,



ворота



РАЗМИНКА для всех участников (96 детей)

КОМПЛЕКС ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ ПОД МУЗЫКУ

Дети располагаются в шахматном порядке. У каждого ребенка мяч в руках. Каждое упражнение выполняем по 8 – 10 раз.

- ✓ И. п. руки с мячом вытянуть перед собой. Ходьба на месте.
- ✓ И. п. ноги на ширине плеч, руки с мячом над головой. Наклоны вправо-влево.
- ✓ И. п. руки с мячом вытянуть перед собой. Повороты с наклоном вправо, влево с вытянутыми руками.
- ✓ И. п. ноги на ширине плеч, руки с мячом над головой. Наклоны поочередно к правой и левой ноге, при этом не сгибая ноги в коленях.
- ✓ И. п. ноги ровные, шире плеч, руки с мячом опущены вниз. Перекатывая мяч по земле вокруг ног, рисуем цифру 8.
- ✓ И. п. ноги на ширине плеч, руки с мячом на уровне пояса. Присесть и встать, подняв при этом руки с мячом над головой.

Инвентарь:  для каждого ребенка.



FUN GAMES – <http://сспаclubhouse.eu/games/>



Станция №1

ПОЛИЦИЯ

Программа **Спорт + Школа + Полиция** является частью проекта Открытые Школы Развлекательного Футбола (Open Fun Football Schools), и реализуется в нашей стране Федерацией Футбола Молдовы, в партнерстве с Генеральным инспектором полиции с 2015 года, под руководством неправительственной организации Cross Cultures Project Association Копенгаген, Дания.

Спорт + Школа + Полиция формируют общее представление о том, что эффективные меры по предупреждению преступности – это не только дело полиции.

Программа SSP (Спорт + Школа + Полиция) направлена на завершение и улучшение инициатив и действий для детей и молодежи, которые осуществляются отдельно полицией, школьным сектором и спортивными клубами.

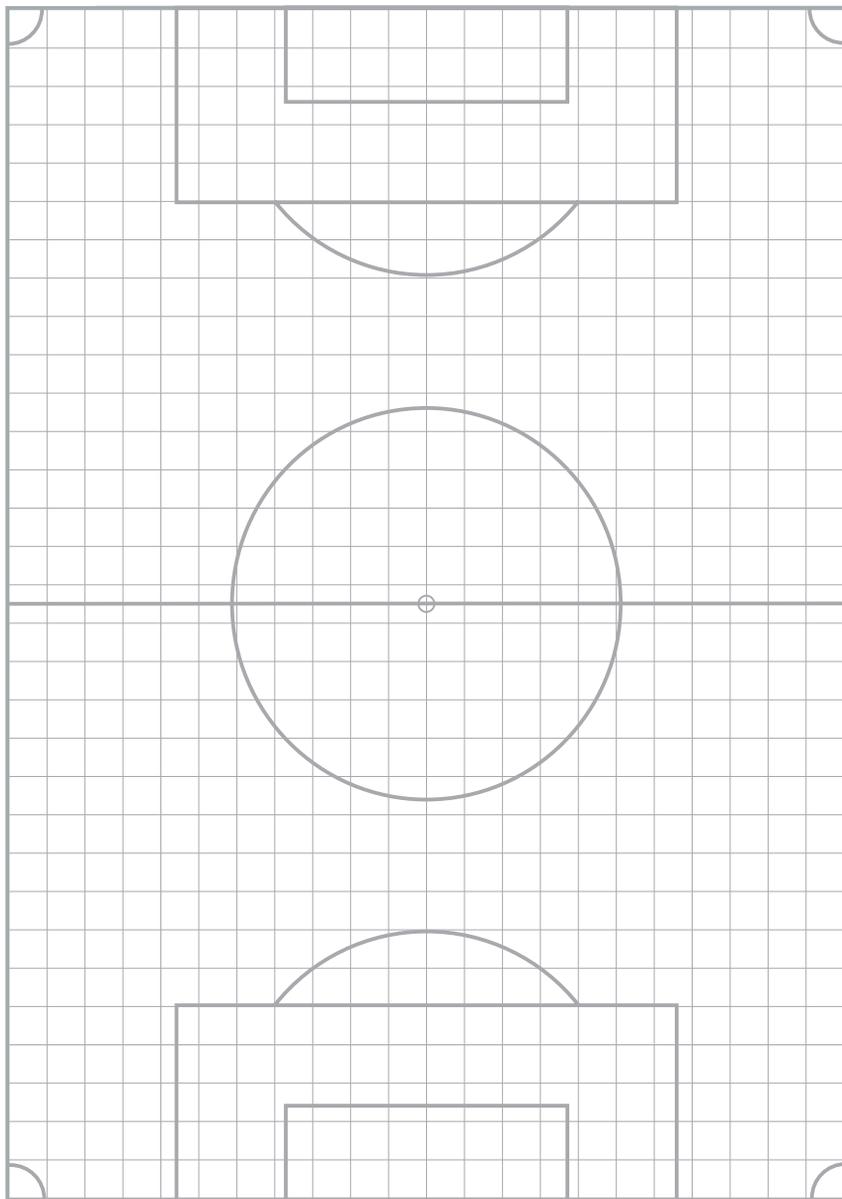
Инициатива SSP способствует сближению совместных усилий на местном уровне по предупреждению преступности среди несовершеннолетних, ориентируясь на ресоциализацию детей-правонарушителей посредством их вовлечения в культурные и спортивные мероприятия.

<https://ccpa.eu/sport-school-police-ssp/>





Для заметок:



Станция №2

ВЕДЕНИЕ МЯЧА

1. Дети делятся на 2 команды по 4 человека. Каждая команда на своей половине станции хаотично передвигается, ведя мяч ногами.

По сигналу тренера (хлопку или слову «ОП») должны:

- остановить мяч подошвой,
- остановить мяч и стать коленом на мяч,
- остановить и сесть на мяч.

Команда, где все дети быстрее справились с заданием, получает одно очко.

2. Каждый ребёнок с мячом, ведёт мяч разными способами (внутренней стороной стопы, внешней, подъёмом и т.д.). На станции размещаются 4 пары ворот, отмеченные фишками, разных цветов. По сигналу тренера, когда он показывает (либо называет) один из цветов, игроки должны провести мяч через ворота этого цвета.



<http://ccpaclubhouse.eu/dribbling-drills/>



3. У каждого ребенка мяч. На станции отмечаются четыре угла, в каждом углу располагается конус с номером 1.2.3.4. Игроки начинают вести мяч. Когда тренер называет один из номеров, все игроки должны вести мяч в угол с данным номером. Размер площадки 10м x 10м.



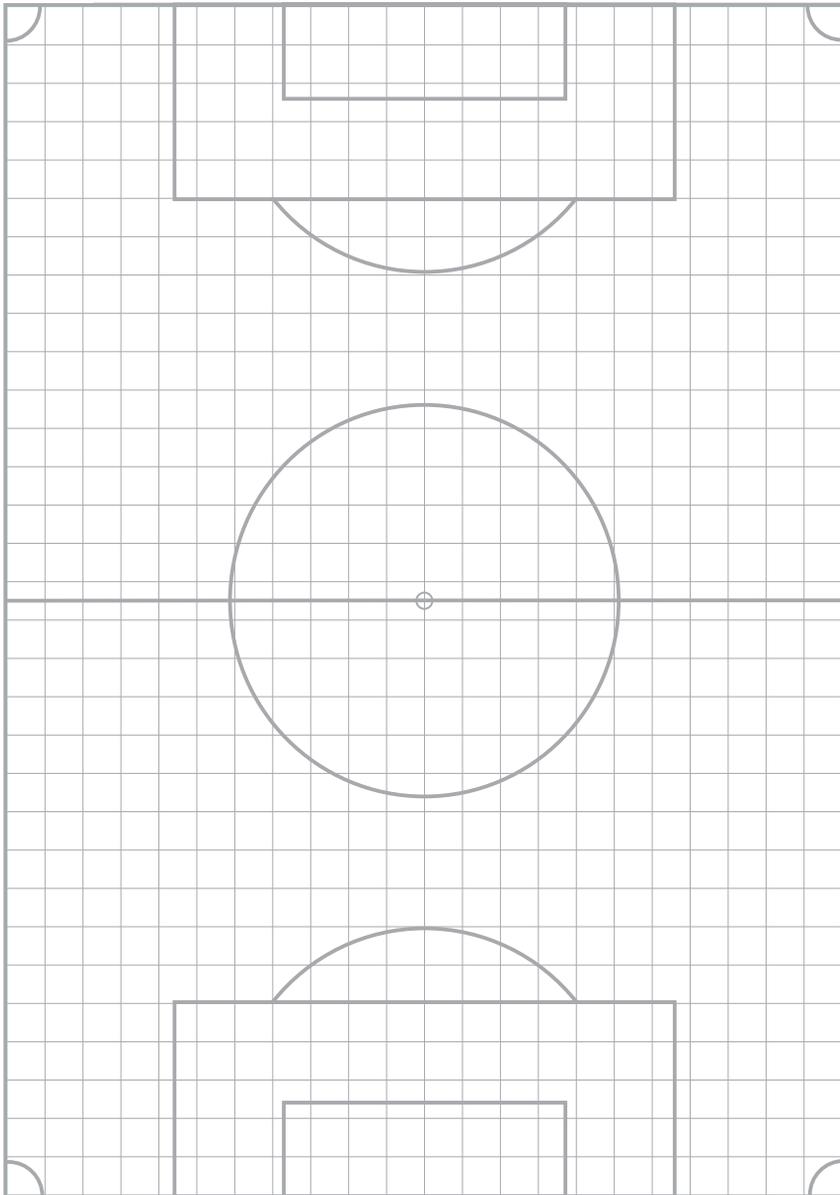
[drills/http://ccpaclubhouse.eu/dribbling-drills/](http://ccpaclubhouse.eu/dribbling-drills/)

Инвентарь:  8,  8,  4.





Для заметок:



ВЕДЕНИЕ МЯЧА

1. Выбивание мячей

Все игроки ведут свои мячи ногами на площадке размером 15м x 15м. Один игрок остается без мяча (ловец), и ему разрешается выбивать ногами мячи других игроков. Игроки стараются защищаться и удерживать мяч. Если ловцу удастся выбить мяч, он берет выбитый мяч, а игрок у которого выбили мяч становится ловцом.



<http://ccpaclubhouse.eu/traditional-games/>

2. Игра в ограниченном пространстве

Восемь игроков ведут мяч ногами на площадке размером 15м x 15м, используя различные приемы, не касаясь и не сталкиваясь друг с другом. В случае отсутствия контакта в течении 1 минуты, игровая зона сужается. Игроки, коснувшиеся друг друга, выбывают из игры. Последний, кто останется, является победителем.

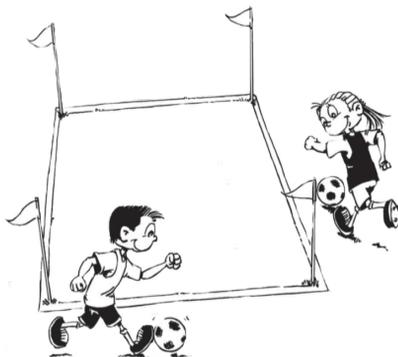




<http://ccpaclubhouse.eu/dribbling-drills/>

3. Поймать мышку

Размечается четырехугольник шириной 1 или 2 метра. Размер четырехугольников меняется в зависимости от возраста игроков. У каждого игрока мяч. Один игрок (кот) пытается поймать другого (мышку). Оба игрока должны бежать и вести мяч, не заходя в четырехугольник и не пересекая его. Если игрок (кошка) поймает (убегавшего) мышку, они должны поменяться ролями. Каждая пара играет 1 минуту, затем играет следующая пара.



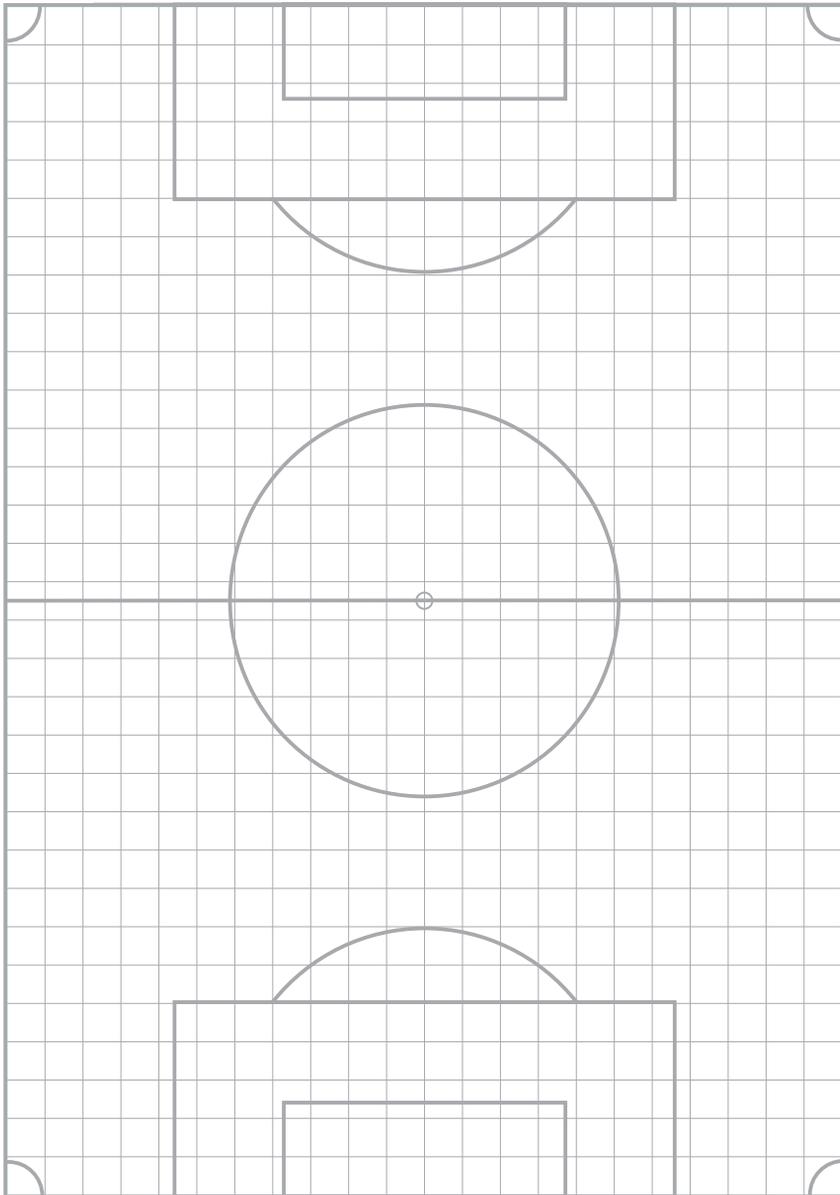
<http://ccpaclubhouse.eu/dribbling-drills/>

Инвентарь:  8,  8.





Для заметок:



Станция №4

ФИНТЫ

1. Игроки делятся на пары, у каждого игрока мяч. Один игрок в паре ведет мяч в разных направлениях, выполняя различные обманные движения или финты, второй игрок в паре должен точно повторять действия своего партнера. По сигналу тренера дети меняются местами.



<http://ccpaclubhouse.eu/dribbling-drills/>

2. Ведение мяча через центральную зону

Поле делится на три зоны, как показано на картинке. Центральная зона размечается шириной в 10 метров (река). Боковые зоны – это береговые зоны. Два игрока в центральной зоне, а все остальные игроки начинают вести свои мячи с береговых зон.

- Игроки должны провести мяч через реку от одного берега к другому.
- Оба игрока пытаются помешать их пересечению и отобрать мяч.
- Выигрывают дети, которым удалось пересечь реку больше всего раз за определенное количество времени. В реке может быть три или более игроков – крокодилов. Если игроку (крокодилу) удастся забрать мяч, он может поменяться ролями с игроком, потерявшим мяч.



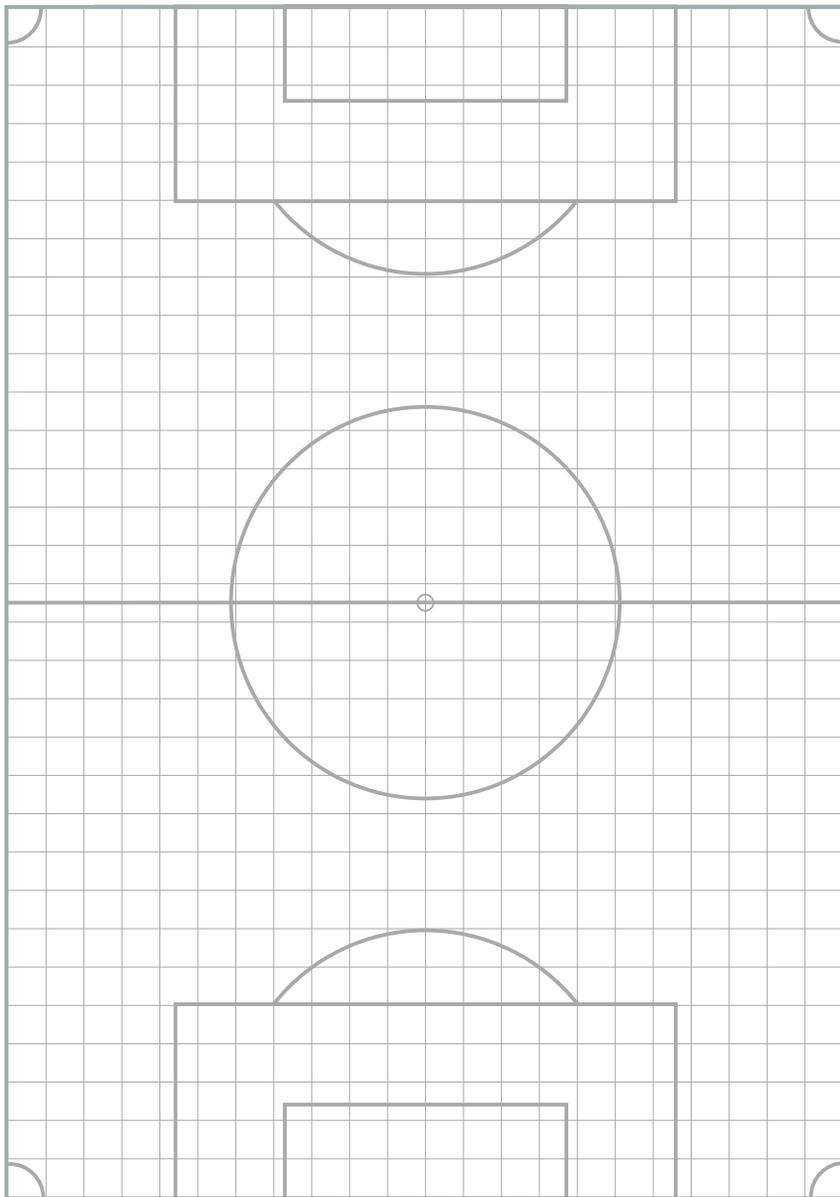
<http://ccpaclubhouse.eu/dribbling-drills/>

Инвентарь:  8,  6.





Для заметок:



Станция №5

ФИНТЫ

1. Дети стоят в кругу, у каждого мяч, выполняют задания, предлагаемые тренером.

- прокатить подошвой мяч вперед-назад;
- прокатить подошвой мяч вправо-влево;
- подпрыгивая поочередно коснуться мяча носком правой/левой ноги;
- сделать над мячом круг правой ногой вправо, левой ногой влево
- перекатить мяч внутренней стороной стопы от правой ноги к левой и от левой ноги к правой.



2. «Защита крепости»

Дети стоят в кругу, один мяч на всех. В центре круга расположен конус (крепость), перед крепостью стоит один игрок (защитник). Задача игроков, не подходя близко к крепости, попасть мячом в конус при этом используя обманные движения и передавая мяч друг другу. Защитник отбивает мячи защищая конус (крепость). Игрок, попавший в крепость, меняется местами с защитником, и игра продолжается.

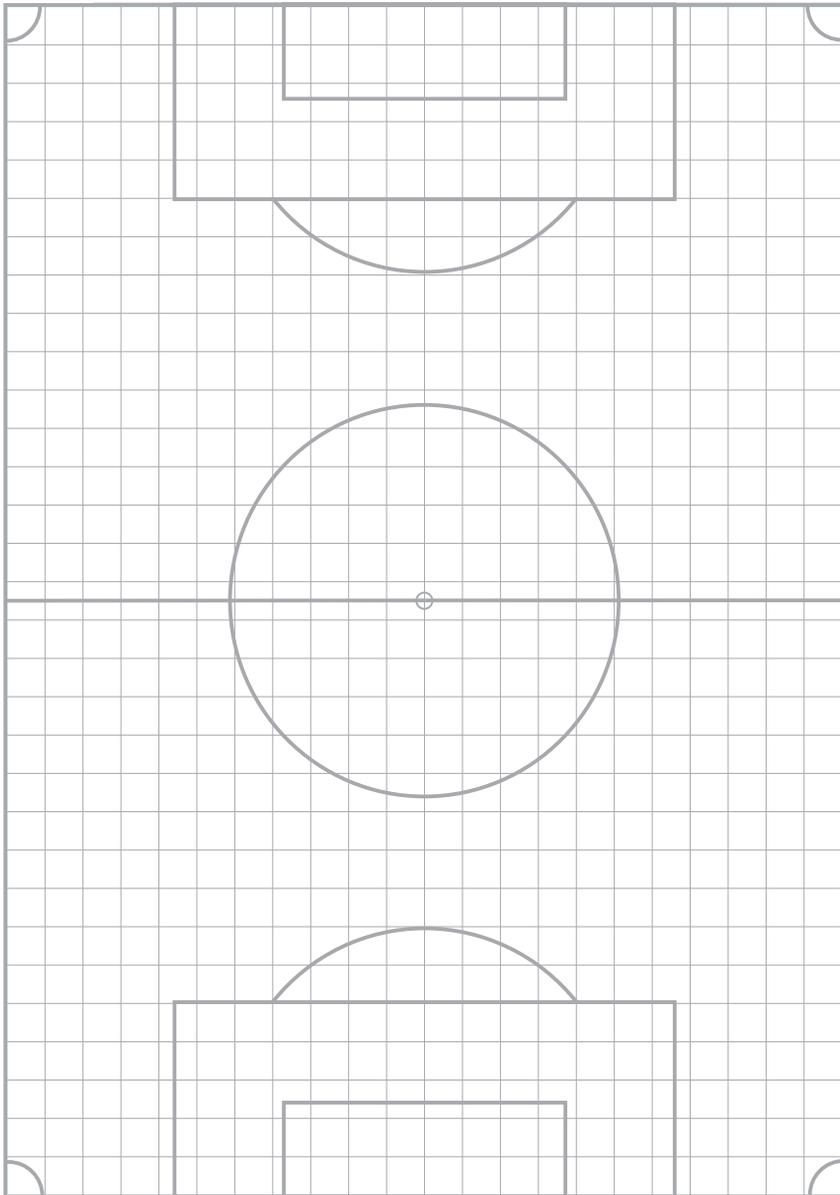


Инвентарь:  8, , .





Для заметок:



Станция №6

ЛУЧШИЙ ВРАТАРЬ

Цель: научиться правильно ловить мяч.

1. Дети располагаются парами напротив друг друга на расстоянии 1,5 – 2 м. Один мяч на двоих:

- катят мяч друг другу по земле, подхватывают и прижимают к груди
- бросают друг другу мяч и ловят, прижимая его к груди
- бросают чуть выше головы и ловят
- бросают выше головы вправо либо влево, ловят прижимая его к груди.



2. Вратарь сидит на траве с расставленными ногами, перед ним стоит или сидит партнёр на расстоянии 2-3 метра, который бросает руками мяч, либо бьет ногами, вратарь ловит мячи.

- вратарь сидит на траве с расставленными ногами, партнёр подаёт мяч над головой и сбоку чуть выше головы. Вратарь ловит мяч и фиксирует в согнутых руках.
- вратарь стоит на коленях, партнёр подаёт низкий мяч то вправо, то влево. Вратарь ловит мяч.



Здесь надо обратить внимание на то, чтобы во время падения руки вратаря не оказались ниже тела. В зависимости от возраста детей, мяч подаётся либо руками, либо ногами.



<http://ccpaclubhouse.eu/goalkeepers/>

3. Игра «Самый ловкий»

Один игрок становится в ворота, остальные с небольшого расстояния поочерёдно бьют ему по воротам затем следующий игрок становится в ворота и так же ловит мячи. Выигрывает игрок, который пропустил меньше голов.



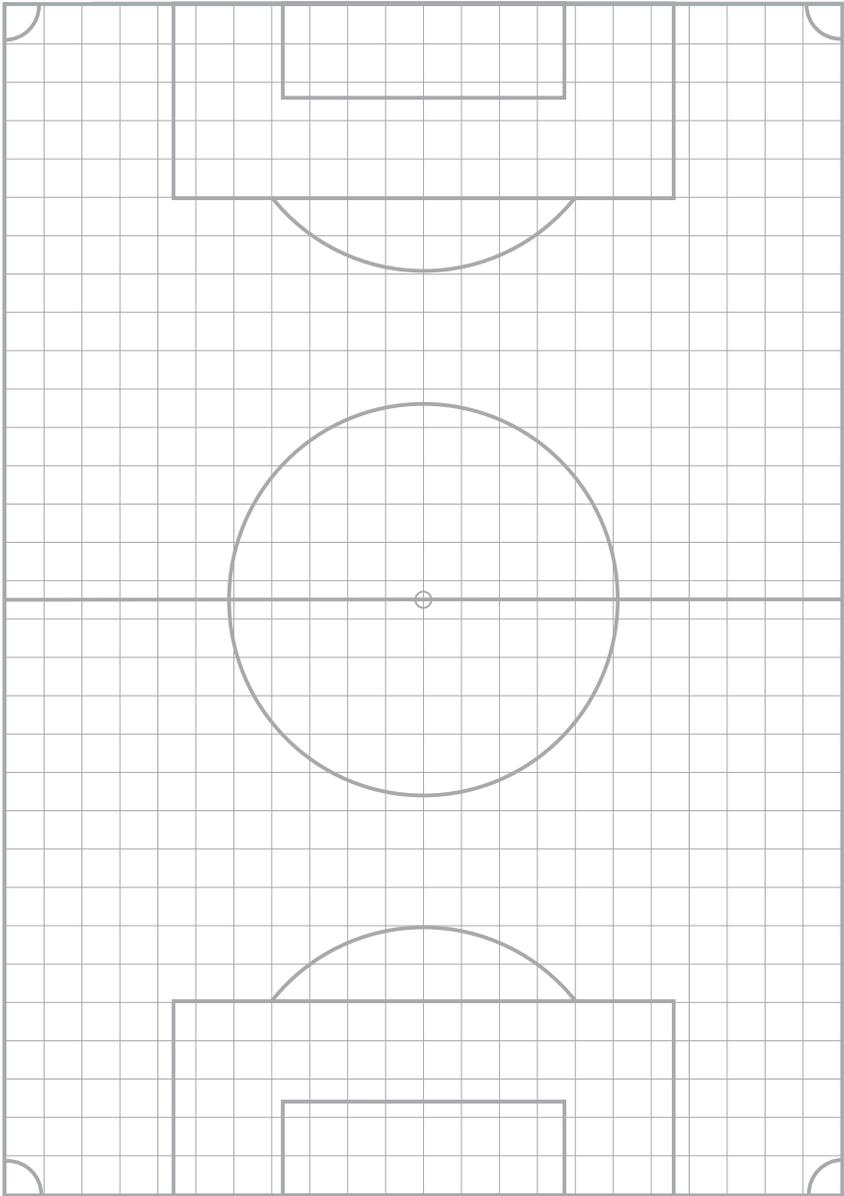
<http://ccpaclubhouse.eu/goalkeepers/>

Инвентарь:  8, перчатки для вратарей,  или  .





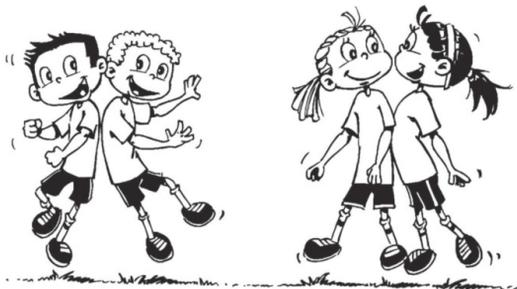
Для заметок:



Станция №7

СПЛОЧЕНИЕ КОМАНДЫ

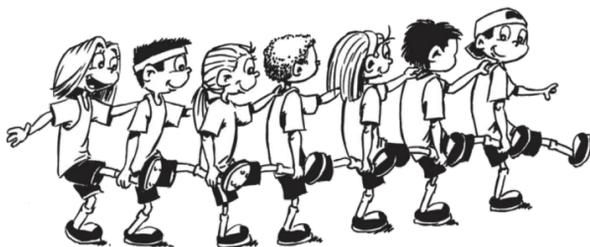
1. Дети хаотично передвигаются по площадке при встрече лицом к лицу хлопают друг друга ладошками (локтями, боками и т.д.) и называют своё имя.



<http://ccpaclubhouse.eu/cooperation-games/>

2. Паровозик

Дети встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде тренера поезд начинает сначала просто двигаться вперёд, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями (это могут быть фишки, конусы с перекладиной, мячи, обручи и т.д.) и выполняет другие задания. Главная задача играющих – не разорвать единую «цепь», сохранить поезд в целости.



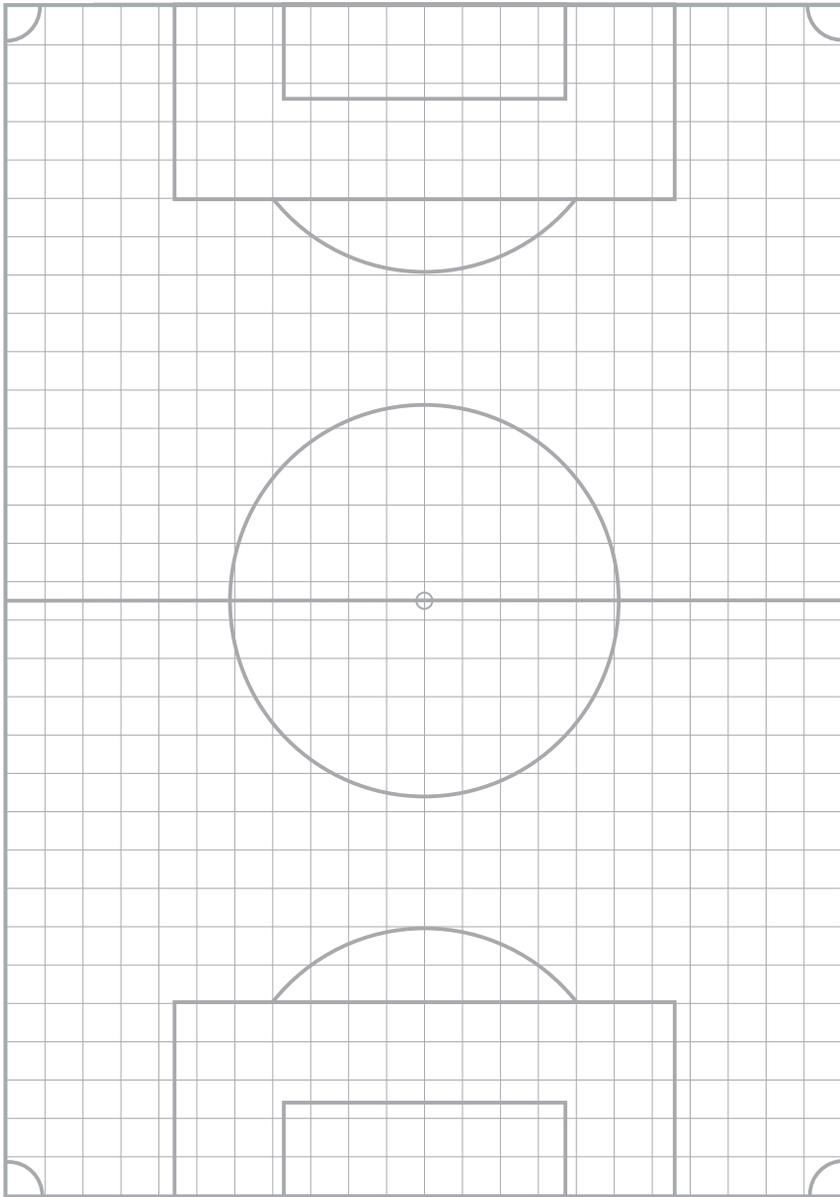
<http://ccpaclubhouse.eu/relay-games>

Инвентарь:  2,  , 4 гимнастические палки.





Для заметок:



Станция №8

КООРДИНАЦИЯ

1. Поймай мяч

В парах игроки встают лицом друг к другу. На расстоянии не менее 2 метров. Нужно указать минимальное расстояние, что бы не бросали в лицо и не было травм. Один игрок держится руками за ушки, другой игрок держит мяч на уровне груди и отпускает его без какого-либо сигнала. Игрок, держащийся за уши, должен быстро среагировать и поймать мяч до того, как он упадет на землю.



<http://ccpaclubhouse.eu/coordination-games/>

2. Игроки делятся на 2 группы по 4 человека и выстраиваются в 2 колонны. Перед каждой колонной, располагается координационная лесенка, можно использовать так же координационные круги/обручи. Каждый ребёнок в свою очередь выполняет различные упражнения, предлагаемые тренером.

- Бег вперед – через лесенку (частота ног)
- Прыжки на левой ноге
- Прыжки на правой ноге
- Прыжки двумя ногами вперед
- Бег правым/левым боком с переступанием
- Прыжки как в «классики» и тд.

<https://fmf.md/cdn/docs/>

3. Создание волн.

Два игрока крепко держат скакалку на высоте 20 сантиметров от земли, бегая и поворачивая ее к детям с намерением поймать кого-то на



этой высоте. Другие игроки должны прыгать, чтобы спастись. Те, кого поймают, заменяют одного из игроков, который ранее держал скакалку, иначе они выбывают из игры.



<http://ccpaclubhouse.eu/rope-games/>

4. Упражнения с мячами

Игроки как на картинке держат мяч и выполняют различные упражнения:

- Подбросить мяч вверх, а затем поймать его.
- Подбросить мяч вверх, хлопнуть один или несколько раз в ладоши и поймать его.
- Подбросить мяч вверх, дотронуться до плеч и поймать его.
- Подбросить мяч под правое, левое колено.
- Перебрасывать мяч через голову из одной руки в другую, как с места, так и в движении.
- Ритмичные перебрасывания мяча из одной руки в другую.



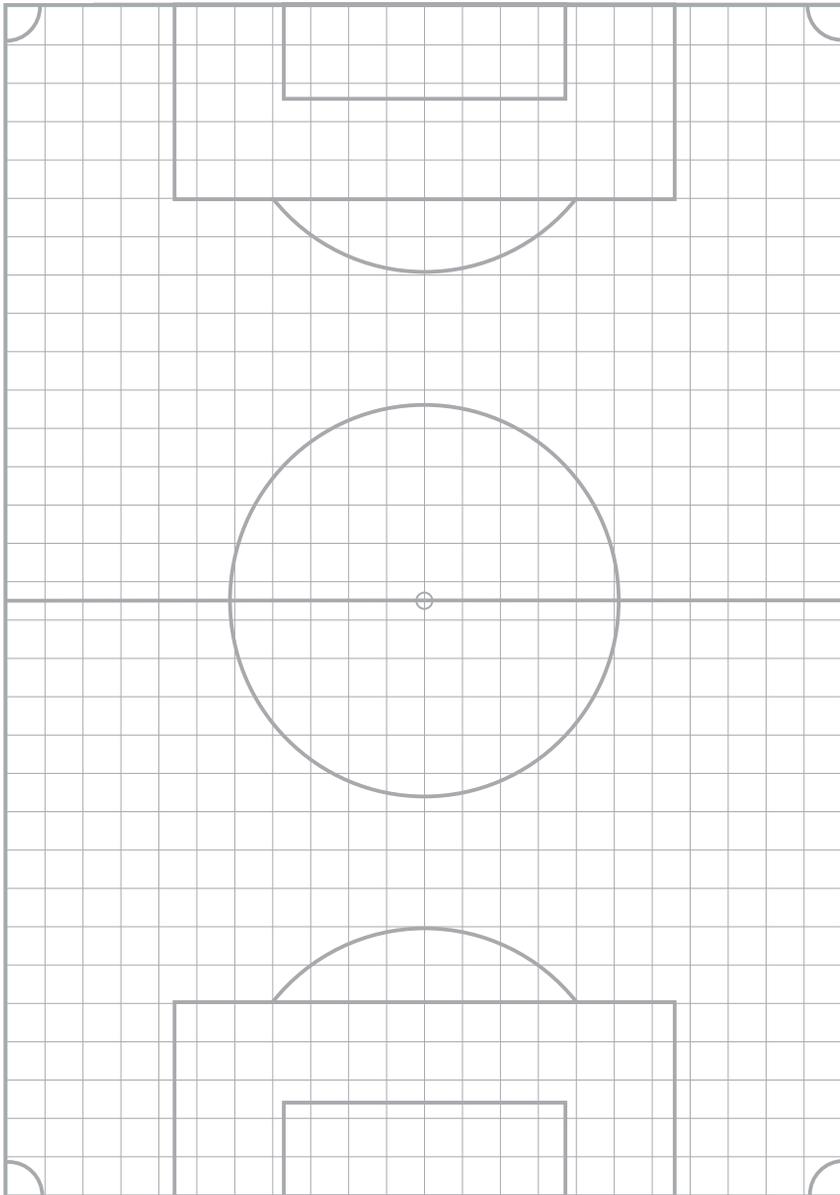
<http://ccpaclubhouse.eu/coordination-games/>

Инвентарь:  ,  8, скакалка, обручи.





Для заметок:



Станция №9

ПРИЁМ И ПЕРЕДАЧА МЯЧА

1. Жаворонок

6 игроков располагаются по кругу, а 2 внутри круга.

Задача: Игроки, расположившиеся по кругу, должны передавать мяч друг другу так, чтобы те, кто находится внутри круга, не отобрали у них мяч. В случае отбора мяча, игрок, который отобрал мяч меняется с игроком, который неудачно его передал. В зависимости от возраста детей, тренер может менять условия:

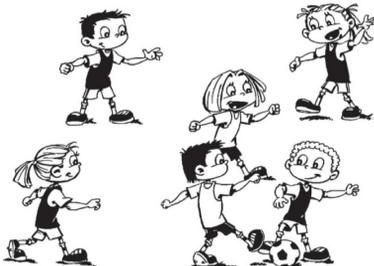
- количество касаний мяча
- количество игроков в центре и тд.

<http://ccpaclubhouse.eu/passing-and-receiving/>

2. Гонка мячей

Дети делятся на две команды, выбирают капитанов и становятся в круг. Капитаны начинают бросать мячик партнерам по команде членам своей команды, а игроки передают его дальше по кругу. Побеждает команда, капитан которой получит мяч раньше.

Игру можно усложнить: капитаны команд оббегают круг и лишь затем передают мяч следующему игроку. Побеждает команда, игроки которой первыми закончат бегать. Можно несколько раз поиграть передавая мяч руками, затем попробовать передавать мяч ногами.



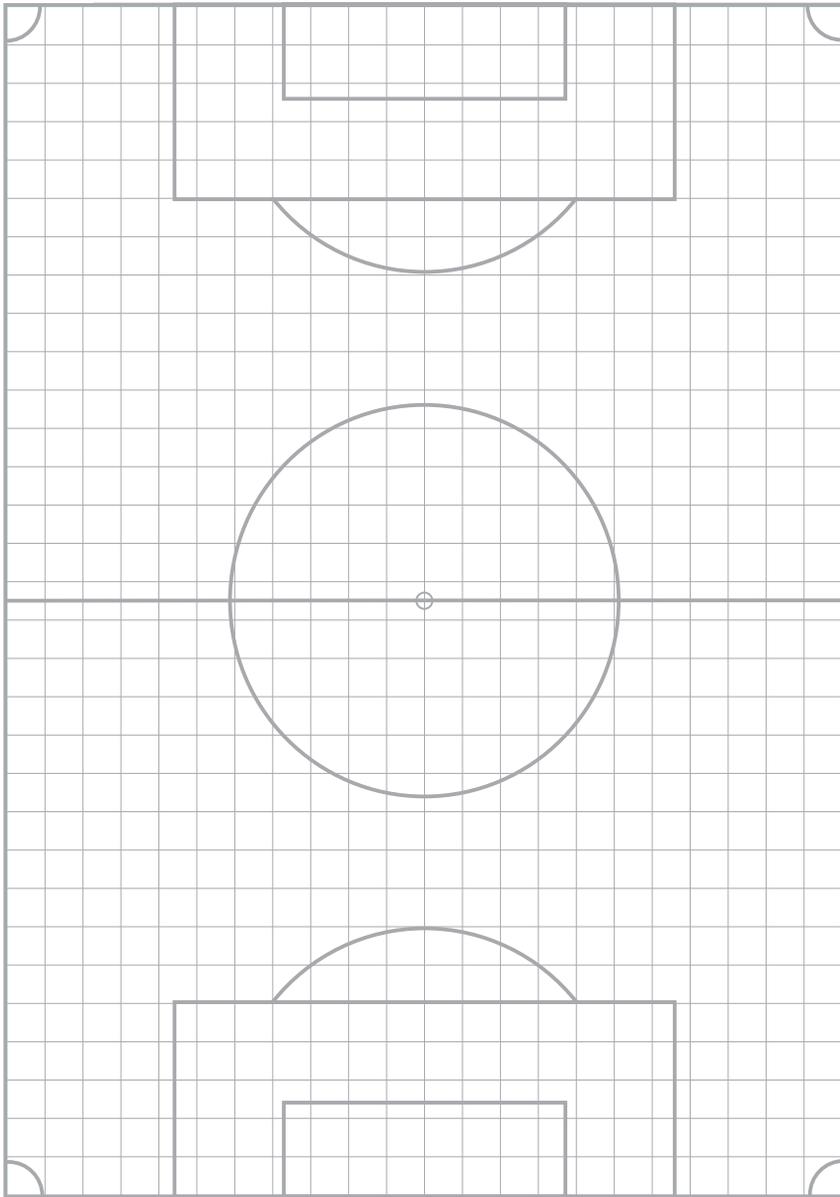
<http://ccpaclubhouse.eu/passing-and-receiving/>

Инвентарь:  8,  4.





Для заметок:



Станция №10

ПРИЁМ И ПЕРЕДАЧА МЯЧА

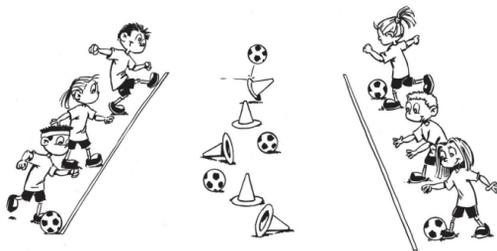
1. Все игроки с мячом в ногах хаотично передвигаются по станции, тренер стоит с широко расставленными ногами. Дети должны прокатить его через ноги тренера, при этом тренер периодически меняет свою позицию для усложнения. Победителем становится тот, кто сумеет прокатить мяч через ноги тренера.



<http://ccpaclubhouse.eu/passing-and-receiving/>

2. Игра «Боулинг»

Игроки размещаются парами на расстоянии 8-10 м, в середине дистанции располагается конус. По сигналу тренера игроки должны попасть в конус, выполняя передачу партнёру. Игрок, который чаще всего попадает в конус, становится победителем.



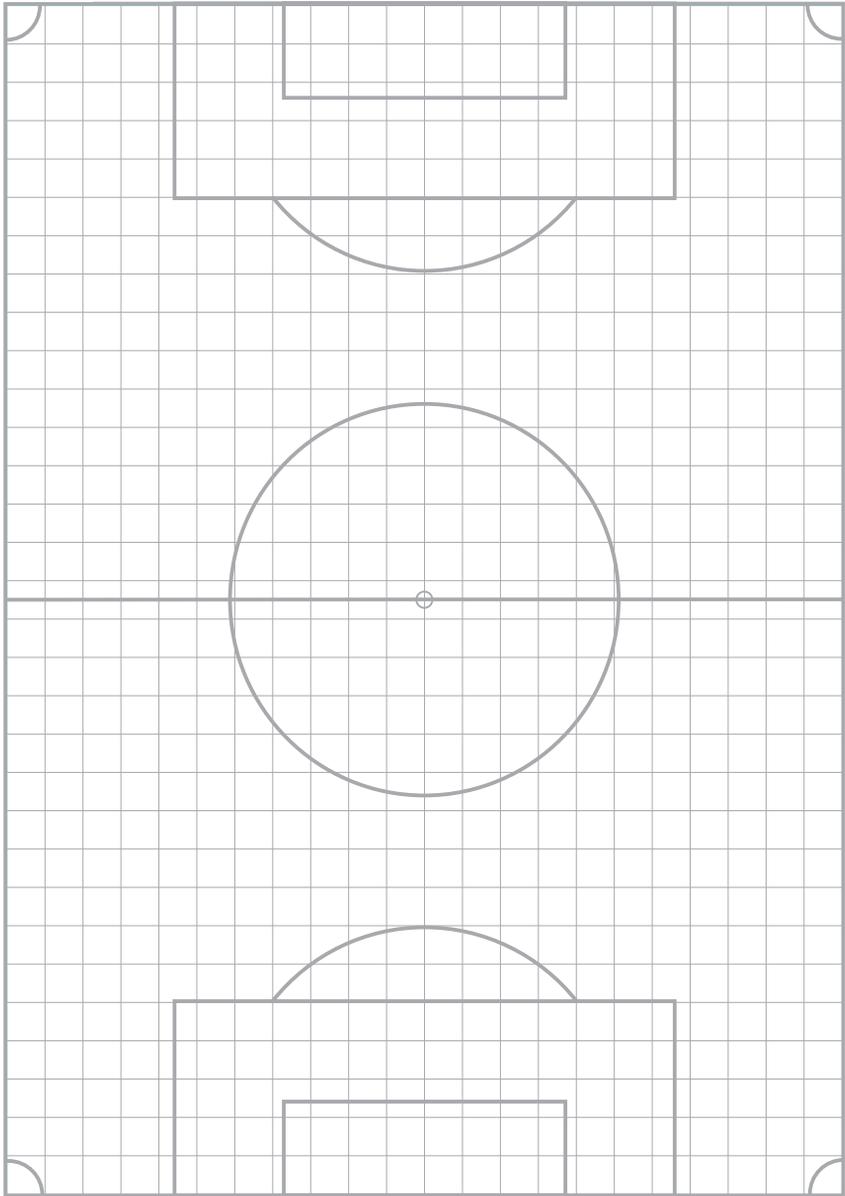
<http://ccpaclubhouse.eu/kicks/>

Инвентарь:  8,  4,  6.





Для заметок:



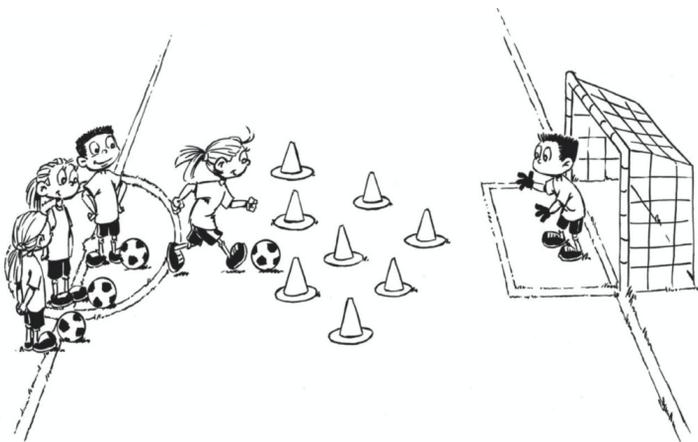
Станция №11

УДАРЫ ПО ВОРОТАМ

1. Дети делятся на две команды по 4 человека. Каждая команда располагается в шеренгу с правой и с левой стороны от тренера, который стоит лицом к воротам на расстоянии 9 метров от них. У каждого игрока свой номер (1,2,3,4). На расстоянии 4 метров от ворот по центру располагаются 2 мяча. Тренер называет номер, игроки с этим номером должны подбежать к мячу (каждый к своему) и пробить по воротам. Игрок, добравшийся быстрее приносит команде одно очко и попадание в ворота тоже плюс одно очко.

2. Стрельба по воротам.

Конусы располагаются как на картинке. В воротах стоит вратарь. Первый игрок обводит мяч вокруг конусов и завершает игру ударом по воротам. Как только первый игрок ударит по воротам, следующий игрок может начать.

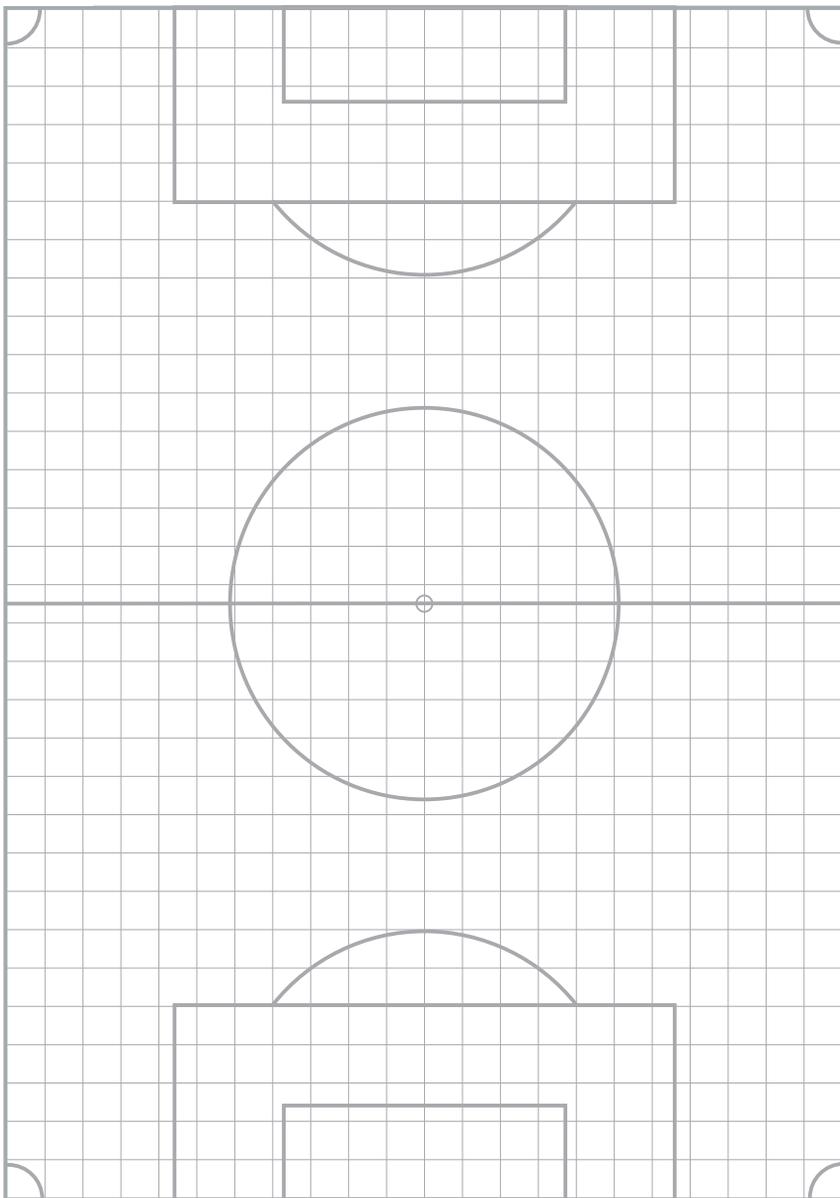


Инвентарь:  4,  или  8, .





Для заметок:

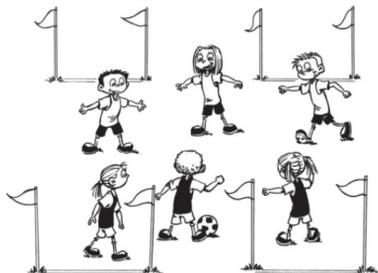


Станция №12

ИГРЫ МАЛЫМИ СОСТАВАМИ

2x2, 4x4

1. Футбол 4 x 4 с 4-мя воротами из конусов или фишек. Каждая команда защищает свои ворота, атакуя соперника. Каждая команда имеет две пары ворот, которые они атакуют и две пары ворот которые защищают.



<http://ccpaclubhouse.eu/ball-games/>

2. Дети ведут мяч ногами, обводя раставленные обручи по площадке. Обручей всегда на один меньше, чем игроков. По заданному сигналу участники с мячами в ногах пытаются забежать в один из обручей. Игрок, оставшийся без обруча, выбывает. Игрок, выигравший последний доступный обруч, становится победителем.



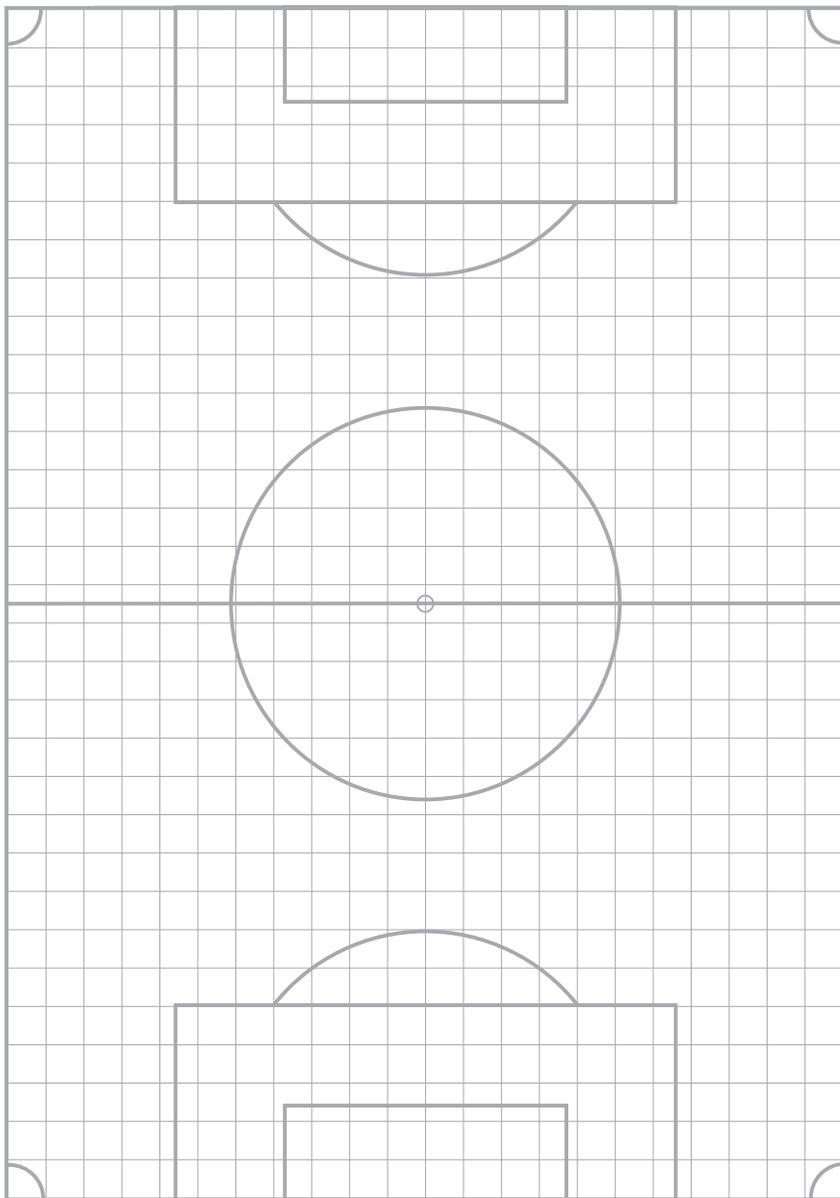
<http://ccpaclubhouse.eu/hula-hoop/>

Инвентарь:  8,  или  8, обручи.





Для заметок:



КУБОК БОН – БОН

Описание игры

Команды формируются по **12, 18, 24** игрока. Каждому игроку присваивается номер, с определённой последовательностью букв в таблице. Например, **№7-А, С, Е, А, С**.

Игра проходит на трёх площадках (мини полях), всего играют 5 туров. В первом туре все игроки, у которых первая буква **А**, создают команду, игроки у которых первая буква **В** другая команда и т.д.

Таким образом формируются команды, команда с буквой **А** играет против команды с буквой **В, С – D, Е – F**. Во втором туре дети смотрят на вторую букву и перемещаются на площадку с указанной буквой, снова формируя команды.

А – В, С – D, Е – F.

Записывается счёт со всех трёх мини – полей после каждого тура и в конце считаются очки за все пять туров. Выигрывает игрок, набравший больше всего очков.

Кубок Бон – бон разыгрывается на третий день проведения Открытой Школы Развлекательного Футбола. У одного из тренеров, который является организатором, есть заранее подготовленные таблицы, в которую записываются фамилии и имена детей, а также результаты игр.

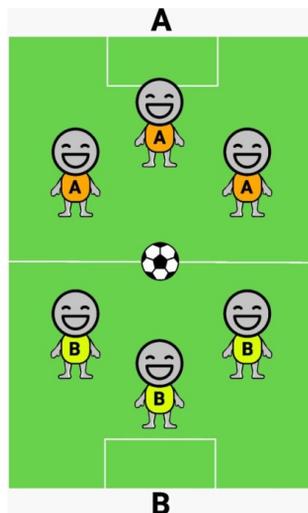
Рекомендуемые размеры поля

24 игрока 4 x 4: Размеры поля 30 x 20 м.

18 игроков 3 x 3: Размеры поля 20 x 15 м.

12 игроков 2 x 2: Размеры поля 15 x 10 м.

Расстояние между игровыми полями 3 м.



<http://ccpaclubhouse.eu/fun-football-tournaments/>



ПРАВИЛА ИГРЫ

Ниже приведены рекомендуемые правила для кубка Бон-Бон

- НАЧАЛО:** Начинает команда в манишках.
- ВОЗОБНОВЛЕНИЕ ИГРЫ:** После забитого гола игра может быть немедленно начата путем ведения или передачи мяча от ворот.
- ВВОД УДАРОМ:** Мяч следует вводить ногой или вести в игру с боковой линии, а не вбрасывать.
- УДАРЫ ОТ ВОРОТ:** Выполняются с любой точки на линии ворот.
- СВОБОДНЫЕ УДАРЫ:** Все штрафные, начальные удары являются непрямыми и могут выполняться ногой. Все противники должны находиться на расстоянии не менее 4 м.
- 11-МЕТРОВЫЕ УДАРЫ:** Являются прямыми, выполняются от своих ворот, все игроки находятся за мячом. Выполняется удар без вратаря.
- ТРАВМА:** В случае травмы игра останавливается до тех пор, пока игрок не покинет поле или не сможет продолжить игру.
- ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ИГРЫ:** До 5 мин., в зависимости от: погодных условий, количества детей, возраста детей.
- FAIR PLAY (ЧЕСТНАЯ ИГРА):** Одна минута вне поля за серьезное нарушение. После каждого матча команды должны пожать друг другу руки.
- БЕЗ ОФСАЙДА.**
- БЕЗ ВРАТАРЕЙ.**
- БЕЗ "ВНЕ ИГРЫ"**

** Все указанные выше правила, могут изменяться в зависимости от возраста детей.*



ПРЕИМУЩЕСТВА КУБКА БОН – БОН

- Все дети играют одновременно, никто не вынужден ждать
- Составы команд часто меняются
- У каждого есть шанс на победу
- У игроков есть время отдохнуть и набраться сил
- Команды могут формироваться со следующим количеством игроков:

Таблица для формирования команд.

Город

Школа

№	Ф.И.О.	1	2	3	4	5	Очки	Место
1		A	B	C	D	E		
2		B	C	D	E	F		
3		C	D	E	F	A		
4		D	E	F	A	B		
5		E	F	A	B	C		
6		F	A	B	C	D		
7		A	C	E	A	C		
8		B	D	F	B	D		
9		C	E	A	C	E		
10		D	F	B	D	F		
11		E	A	C	E	A		
12		F	B	D	F	B		
13		A	D	A	E	B		
14		B	E	B	F	C		
15		C	F	C	A	D		
16		D	A	D	B	E		
17		E	B	E	C	F		
18		F	C	F	D	A		
19		A	F	D	C	A		
20		B	A	E	D	B		
21		C	B	F	E	C		
22		D	C	A	F	D		
23		E	D	B	A	E		
24		F	E	C	B	F		



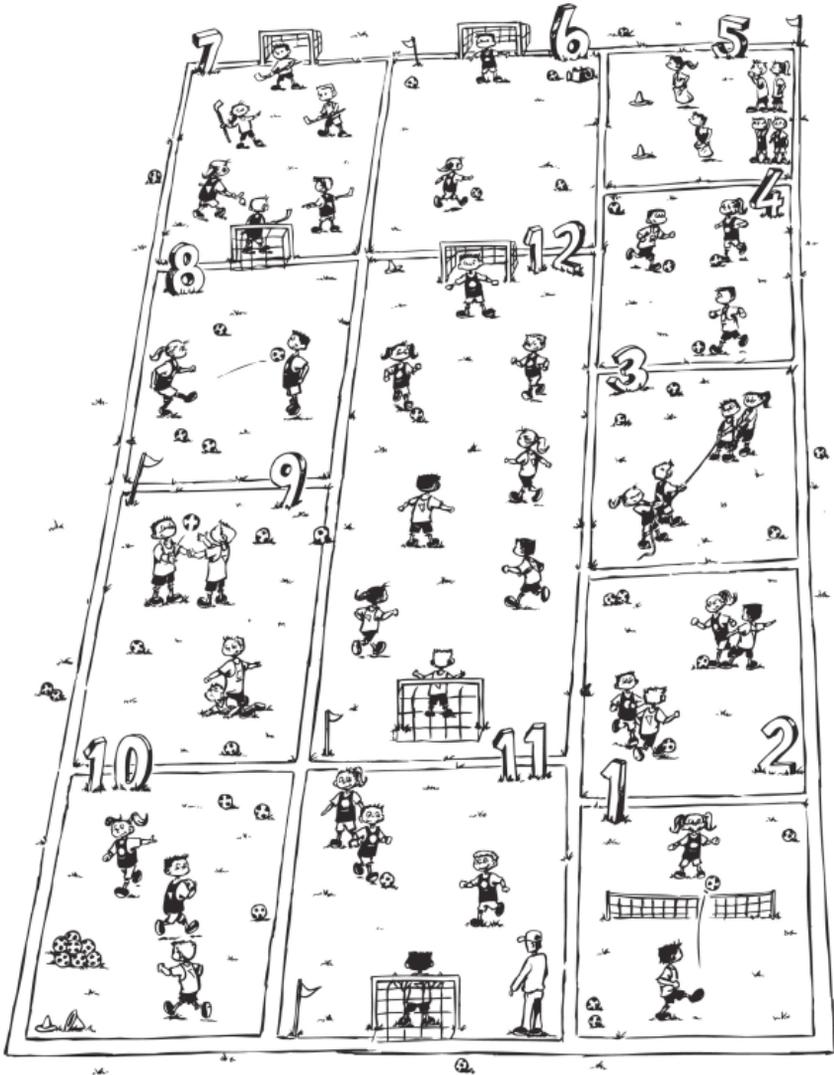


Adresa: str. Tricolorului 39,
MD-2012 Chişinău, Moldova
E-mail: offs@fmf.md
www.fmf.md / www.ccpa.eu



<http://ccpaclubhouse.eu/>

“Tipografia-Sirius” SRL
Tel./fax: (022) 23-23-52



Playing for Peace and a Sustainable future!