



## VOETBALSCHOOL ATLETICO VZW

### HET DNA VAN EEN UNIEKE VOETBALSCHOOL

#### VISIE

Voetbalschool Atletico vzw is eigenaar van haar eigen “**Atletico Voetbal Opleidings Methode**” en van de “**MasterKeeper Methode**”.

Die is gevormd en gegroeid uit jarenlange ervaringen en inzichten van eigen en talrijke, veelal op Nederland gerichte, opleidingsmethodes.

Dat resulteerde in een **uniek opleidingsproject** voor jonge spelers en keepers. Uniek in visie, inhoud, methode en team.

Atletico is open (voor iedereen met minimale basisvereisten) en onafhankelijk (niet gebonden aan bestaande voetbalclubs of structueren).

De methodes richten zich op diverse aspecten uit het voetbal en uit de keeperswereld, zonder daarom een allesomvattende trainingsmethode te zijn, die voor clubs bestemd is. Ze legt zich in het bijzonder toe op wat heet “**functionele technische vaardigheden en de slimme toe-passing ervan**”.

Daarin zijn deze belangrijke elementen vervat: lichaamsbeheersing, balbeheersing, balmanipulatie, duelbeheersing, spelbeheersing. Een belangrijk nevenaspect: plezier, dat daarom ook hoog in het vaandel staat bij Atletico.

Voetbalschool Atletico is van mening dat al haar activiteiten een **ideale aanvulling** zijn op de reguliere clubtrainingen. In de methodes wordt gericht op het individu getraind, onder de leiding van trainers die door opleiding en ervaring “professioneel” mogen genoemd worden; dit met oog voor detail en kennis van zaken.

Het geheel wordt gemanaged door Eddy Van Oost.

Het zou een illusie zijn om enkel toptalenten (“elite”) voort te brengen. Maar het is geen illusie om alle deelnemers of zijn of haar niveau naar een hogere, de hoogste mogelijke trede te tillen.

Voor een trainer en begeleider wordt elke speler voorzien als een “**persoonlijk project**”. Dat betekent: gericht coachen, de zwaktes trainen, motiveren en uitdagen...

Met andere woorden: iedere speler beter maken en een gezonde prestatiedrang bijbrengen.

**De opleidingswaarden van Atletico zijn:**

1. Talenten tot bloei helpen brengen (winnaars maken het verschil!)
2. De spelers worden opgeleid om leiderschap te tonen
3. Spelers beschikken over een gezonde ambitie (uitdagen maakt beter)
4. Atletico zet aanvallend denken op de eerste plaats
5. Elkaar versterken: iedereen heeft individuele kwaliteiten die we in groep delen

# NORMEN EN WAARDEN

## Normen en waarden van trainers en begeleiders

- de trainer is, door zijn opleiding bij Atletico, voldoende gewapend om op een professionele en vakkundige manier de trainingen te geven
- de trainer zorgt voor een veilige leeromgeving
- maximaal rendement wordt gehaald door uitdagende, zinvolle en veilige oefeningen
- let op je taalgebruik, wees een voorbeeld voor de jeugd
- de trainer is altijd tijdig aanwezig, zodat hij goed voorbereid en netjes zijn veld kan installeren en de spelers ontvangen. Hij is steeds netjes uitgedost.
- roken en alcohol gebeuren niet in het zicht van de spelers, dus ook niet op weg Naar de kleedkamers of op het terrein
- positivisme en enthousiasme uitstralen is “a moral duty”. Er is nog nooit iemand geblesseerd geraakt door een schouderklopje.
- het belang van de speler staat centraal, in het bijzonder zijn individuele opleidig
- bij verkeerd gedrag of reactie kan een afkoelingsperiode van 5min aan de kant Soms wonderen doen.
- kinderen zijn geen “mini-volwassenen”. Het blijven kinderen met een eigen belevingswereld.
- de fair-play-gedachte wordt altijd in eer gehouden, voor, tijdens en na de training
- doe geen beloftes naar ouders en/of spelers toe. Overleg eerst met de manager.
- alle vormen van racisme in gedrag en/of uitspraken zijn verboden voor zowel de trainer als voor de spelers
- het is niet toegestaan om spelers aan te sporen om bij een andere club te gaan Spelen dan die bij wie ze op het moment aantreden.
- als trainer of begeleider van Atletico dien je de visie uit te dragen die is opgesteld door het management ervan. Discussie kan enkel intern te gebeuren.
- na de training moet de speler al verlangen naar de volgende training

# PEDAGOGISCHE BASIS

Voetbalschool Atletico is wel geen “school” in de gewone zin van het woord, maar voert niettemin enkele hedendaatse pedagogische waarden hoog in het vaandel. Atletico staat dus niet “stoemings” op het terrein om voetbal- of keeperstraining te geven. Het werkt methodisch en daarin zijn die pedagogische waarden inbegrepen.

## “Plus est en vous”

Vlamingen worden nogal eens afgeschilderd als een gebrek tonend aan positieve ambitie. Ook die lat wordt door Atletico stelselmatig hoger gelegd, maar nooit zo hoog dat de spelers of keepers er niet over kunnen.

Onze trainers scherpen de verwachtingen steeds aan, zodat ze tot de beste versie van zichzelf kunnen uitgroeien. Onder het motto “Plus est en vous” of in het Nederlands: “Er zit méér in jou”. Een speler of keeper boven zichzelf laten uitstijgen, helpt om het gelukkiger te maken.

## De beste stuurman

Recente studies bewijzen dat een brede technische basis een enorme invloed heeft op de prestaties op het terrein.

Die kennis wordt door de Atletico-trainers stelselmatig en volgens een eigen, moderne methode overgebracht aan de spelers en keepers. Zij krijgen niet alleen de juiste trainingen aangereikt, maar worden ook uitgedaagd om buiten het kader van de Atletico-trainingen verder stappen te zetten, a.h.w. zelfontdekkend. Dat kan hij de club waar ze actief zijn, maar ook in hun hoofd, in hun “mindsetting”. Verder denken dan wat de training opleverde!

Atletico is zich daarom bewust van de noodzakelijke kwaliteit van zijn trainers. Met alle waardering, want zij zijn de beste stuurman die onze spelers en keepers verdienen.

## Kennis is kunde

Een trainingsoefening begrijpen en op die manier zo perfect mogelijk uitvoeren, vormen de basis van motivatie en prestatie.

De methodes van Atletico staan daarom ook heel dicht bij de modernste visies van onze daarom uitgekozen grote inspiratoren uit de voetbalwereld.

Drie elementen zijn essentieel: kennis, technische uitvoering en motivatie. Ze zijn geen som van mekaar, maar een vermenigvuldiging. Atletico zet in op alle drie, en dat maakt de opleidingsschool uniek.

## Optimisme en positiviteit

De Opleidingsscholen van Atletico blaken van optimisme. Dat is een belangrijk gevolg van bewustzijn van haar juiste visie, haar uitstekende activiteiten op het terrein en een organisatie die baadt in professionaliteit en ervaring.

Daarom is ook “positieve coaching” het parool van de trainers. Zij beseffen te volle het belang van het lesgeven, die misschien wel wat gemeen hebben met computergames.

Games kunnen frustrerend leuk zijn. Heel toepasselijk voor: het belang van uitdagingen en voor succeservaringen. Eerst lukt een opdracht niet, raak je als speler of keeper gefrustreerd en dan lukt het wel. Dat is een succeservaring die verslavend werkt, en waardoor je wil voortdoen; met zelfs een beloning in het zicht.

Dat is zonder meer de onderliggende idee van “positief coaching” bij Atletico.

## Van in de kleuterschool?

Het is een tendens op in de voetbalwereld heel, héél vroeg te starten met een voetbalopleiding. Is daar iets verkeerd mee. Neen, alleen op voorwaarde dat ze op de juiste manier ge-

beurt, d.w.z. met de juiste visie, de juiste methode en in alle geval aangepast aan de (jonge) leeftijd.

### **Atletico heeft ook daaromtrent zijn eigen principes.**

Bij “Voet&Bal” starten we al met een opleiding vanaf 3 jaar. Dat is natuurlijk heel jong, maar het zijn ook geen echte trainingen. Het is een tweejaarlijkse ontdekkingstocht (eerst zelfs samen met een ouder) waarbij de spelertjes hun eigen lichaam gaan verkennen, de grenzen zoeken waar ze daarmee kunnen doen en dat toepassen met het spelletje met een bal. Zij moeten vooral opgaan in dat ontdekkingspel.

Echte trainingen op technische basis beginnen bij spelers op 6 jaar, bij keepers op 9 jaar. Keepers moeten zich vooreerst de basis van het voetbalspel kunnen eigen maken. Vandaar het verschil. Beide kunnen van daaruit een positieve opbouw maken door gespecialiseerd en leeftijds- (en talent-) gebonden te trainen.

Een raad die Atletico ouders en kids wil meegeven: laat jullie hoofd niet gek maken door zogenaamde “talentscouts” van grotere clubs. Een combinatie van de gezelligheid om met de vrienden a.h.w. rond de eigen kerktoren te kunnen spelen bij hun club en tezelfdertijd technische bijscholing te volgend bij Atletico kan niet verbeterd worden.

Hebben ze werkelijk het talent om een stap hoger te zetten, zal dat zich vanzelf manifesteren en kunnen ze de juiste keuzes maken.

### **Leuk of leren**

Moet Atletico inzetten op het welbevinden en de fun van het voetbal of op de beste, vaak technische, opleiding van haar spelers of keepers?

Atletico ziet dat als een valse tegenstelling.

Wij moeten inzetten op het mentale en het technische aspect van de opleiding, dus op het welbevinden van onze spelers en keepers.

Maar leren kan daar juist bij helpen.

Als je – wat men noemt – een “aha-belevenis” hebt, als je meer kent en kunt, zal dat een minstens even groot gevoel van voldoening geven.

Het “leuke” en de “fun” is dus niet noodzakelijk het enige waar het om draait. Opleiding, leren en oefenen is bij Atletico precies het middel bij uitstek om het welbevinden van de spelers en keepers te verbeteren.

Verwachtingen, motivatie en leren staan bovenaan, maar uiteraard zorgen de Atletico-trainers er voor dat het hele proces verloopt in een leuke sfeer, met een vleugje humor waar het kan of nodig is en met medevoelen met spelers en keepers.

### **Trainerstekort**

Naast een meer dan (nog steeds) onvoldoende visie op jeugdopleiding bij de “bevoegde diensten”, is een opleiding voor jeugdtrainers een fameus hiaat in het jeugdvoetbal.

Dat heeft diverse redenen en die zijn vaak pijnlijk.

Atletico heeft het geluk zijn eigen weg te kunnen gaan als “open en onafhankelijke” Opleidingschool. De methodes zijn al jarenlang uitgekend en getoetst met de moderste geldende inzichten in de voetbalwereld. Niet weinig kijken we daarvoor naar goede voorbeeld, die nogal eens van hij onze Nederlandse burens komen.

Het bewijs zijn de meer dan uitstekende resultaten die ze al decennia lang kunnen voorleggen.

Op die basis worden ook de Atletico-trainers gezocht en geselecteerd. Hun persoonlijkheid en “stielkennis” (ook bij jonge mensen) is voor Atletico doorslaggevend. Zij genieten van een degelijke opleiding bij Atletico en kunnen op die manier fungeren als “de beste stuurman”, waarover het eerder ging.

# DE ATLETICO TRAINER

Voetbalschool Atletico wil zijn unieke visie en aanpak toegepast zien op het terrein. Daarom wordt niet alleen het geperiodiseerd programma elk jaar aangepast aan nieuwe inzichten en verwachtingen. Maar ook de manier waarop de trainers het programma overbrengen op de spelers dient daaraan compatibel te zijn.

## 21 items voor de houding en werking van een Atletico-trainer

### 1 Training degelijk voorbereiden

- a. Doe je voorbereiding op voorhand, zodat je er rustig kunt over nadenken
- b. Wees voorbereid op veranderende omstandigheden (minder spelers dan voorzien, weersomstandigheden, indoor of outdoor,...)
- c. Op die manier kan je blijven focussen op de doelstelling i.p.v. op de voorwaarden

### 2 Zorg voor een doelstelling

- a. Creëer een doelgerichte, uitdagende omgeving waarin spelers elkaar positief coachen.
- b. De doelstelling zorgt ervoor dat je achteraf kan reflecteren voor jezelf en met spelers.

### 3 Denk van uit de spelers

- a. Bedenk bij jezelf: zou ik deze training als speler leuk vinden?  
Plezier zorgt voor intensiteit en enthousiasme om te leren.

### 4 Zet de volledige training vooraf klaar

- a. Zorg dat de volledige training klaar staat voor dat de spelers er zijn.
- b. Dan hou je tijd over om in contact met de spelers te komen voor en tijdens de training.

### 5 Kies omgangsvormen

- a. Goed met elkaar omgaan is de basis van leren.
- b. Bedenk drie regels die jij essentieel vindt en gemakkelijk kunt bewaken.

### 6 Bepaal vooraf consequenties

- a. Dit kan zowel bij positieve als negatieve situaties.
- b. Verzin iets ludieks om de situatie op te lossen maar laat merken dat de afspraken belangrijk zijn.

### 7 Maak je training onvoorspelbaar

- a. Kies voor een wisselende volgorde in je training door bijvoorbeeld een keer te starten met een partijvorm.
- b. Zo wordt de training onvoorspelbaar en dit leidt tot meer plezier.

### 8 Wissel oefenvormen af

- a. Het is bewezen dat door oefenvormen af te wisselen, spelers beter leren.
- b. Een vorm 3 x 5 minuten geven is effectiever dan 1 x 15 minuten. Voorbeeld: 1v1 – positiespel - 1v1 - positiespel - 1v1 (elke vorm 5 minuten)

### 9 Varieer met vormen

- a. Verschillende afmetingen van velden, doelen of zelfs wisselende ondergronden vraagt ander gedrag.
- b. Aanpassen is leren.

10 Leer op diverse manieren

- a. Denk bewust na over hoe spelers leren en hoe jij dit in je trainingsvorm wil toepassen.
- b. Wissel bijvoorbeeld expliciet en impliciet leren met elkaar af.

11 Coach spelers 1 op 1

- a. De lat zo hoog mogelijk leggen, maar haalbaar; zo niet werkt het demotiverend
- b. Probeer zoveel mogelijk spelers individueel te coachen of uit de oefenvorm te halen om op een positieve manier bij te sturen.
- c. Investeren in individuele aandacht en de relatie is een belangrijke basis voor ontwikkeling en opleiding.

12 Geef het goede voorbeeld

- a. Een beeld zegt meer dan 1000 woorden. Geef op en buiten het veld altijd het goede voorbeeld.
- b. Praatje-plaatje-daadje: uitleggen, voortonen, uitvoeren
- c. Kan je op het veld zelf iets niet voor doen? Laat een speler een voorbeeld geven.

13 Zorg dat spelers winnen

- a. Wie wil er nou niet winnen?
- b. Als spelers kunnen winnen, zorgt dit voor extra intensiteit, enthousiasme en dus energie.
- c. Pas dit toe in elke vorm, ook bijvoorbeeld bij baltechniek en pass & trap vormen.

14 Opruimen hoort bij de training

- a. Spelers samen op laten ruimen is ook leren en respect voor het materiaal is belangrijk.
- b. Ruim materialen gestructureerd op dan ligt alles netjes voor de volgende training.

15 Positieve coaching

- a. Natuurlijk moet je de spelers uitdagen en mag je wijzen op minpunten, maar altijd op een constructieve manier
- b. Voor elke negatieve opmerking moet je drie schouderklopjes geven
- c. Focus op sterke punten. De tiener maken het verschil, niet de vierer (die je wel tot zessen kunt opkrikken)

16 Een veilige en vertrouwensvolle omgeving creëren

- a. De spelers moeten zich hierin kunnen en durven uiten
- b. Alleen dan accepteren ze en geven ze feedback

17 In het veld komen coachen

- a. Bij de clubs staan de coaches vanop de zijkant te coachen en te beoordelen
- b. Bij Atletico kruipen we a.h.w. in de speler zelf en gaan samen de uitdaging aan
- c. Daarom moeten we "in het veld" komen om te coachen
- d. Dat is de zin van "op het individu gerichte opleiding"
- e. Attitude: de speler mag twijfelen, de coach niet
- f. De speler mag met vragen zitten (zoals een oefening mislukken), de coach moet antwoorden leveren

18 Comfortzone

- a. Spelers zijn geen instrumenten om een doel te bereiken
- b. Haal hen uit hun comfortzone en daag ze uit
- c. Maar zorg er voor dat ze zich goed (blijven) voelen

## 19 Feedback

- a. Zie dit als een functionerings- of evaluatiegesprek
- b. Continu een balans opmaken: wat was er goed? wat was minder goed? Welke was de impact ervan op de prestaties? Wat zijn de volgende stappen
- c. Wekelijkse feedback naar de ouders toe is heel belangrijk. Dat kan perfect in onze WhatsApp-groepjes

## 20 Geslaagd als coach

- a. Je bent pas geslaagd als trainer-coach als je jezelf “overbodig” hebt gemaakt
- b. Je moet er in slagen de spelers boven zichzelf te laten uitstijgen en zo goed te laten worden dat ze jouw taken kunnen overnemen
- c. Soms, maar vooral bij de Masters: laat een speler de leiding en coaching over een oefening opnemen

## 21 Klein gedrag maakt training groot

- a. Door zijn opleiding of een verdergezette opleiding wordt de Atletico-coach geacht voldoende gewapend te zijn om op een professionele en vakkundige manier trainingen te geven voor de Voetbalschool.
- b. Van een Atletico-trainer wordt verwacht dat hij volkomen integer is op het vlak van “Goed gedrag en zeden” en van loyaliteit t.o.v. de visie, werkmethode en de leidinggevenden van de Voetbalschool.
- c. Positivisme en enthousiasme uitstralen is bijzonder belangrijk.
- d. In alle omstandigheden wordt het belang van het kind vooropgesteld.
- e. Indien de positieve houding t.o.v. een onwillige speler zonder effect blijft, kan een afkoelingsperiode van 5 minuten op de bank soms wonderen doen. Daarentegen is het goed spelers met goed spel en/of gedrag te belonen. Er is nog nooit iemand geblesseerd geraakt van een schouderklopje en het doet ook de medespelers opkijken.
- f. De trainer maakt meteen alle vormen van pestgedrag of racisme. Ziet er nauwkeurig op toe dat alle vormen van pestgedrag of racisme in gedrag en/of uitspraken verboden zijn en kunnen leiden tot schorsing van de overeenkomst.
- g. Kinderen zijn geen mini-volwassenen. Het blijven kinderen, met hun eigen belevingswereld. Speel daarop: zorg voor voldoende ruimte voor ontdekken
- h. Na de training moet het kind al verlangen naar de volgende training.
- i. Leren “winnen”, maar ook leren “kunnen verliezen” is heel belangrijk
- j. De speler zelf initiatief laten nemen, de tegenstander uitschakelen, functioneel samen spelen en scoren: dat is en blijft het belangrijkste doel.
- k. Andere kenmerken van de trainer:
  - hij of zij is altijd tijdig aanwezig
  - haar of zijn spelers staan altijd op tijd klaar op het veld, degelijk gekleed en voorbereid
  - het uurschema wordt zo stipt mogelijk gevolgd
  - er worden voldoende rust- en/of drink of plaspauzes ingeschakeld
  - hij of zij houdt persoonlijke evaluaties van zijn spelers bij (belangrijk voor de evolutie)
  - rookt liefst niet, en zeker niet in het zicht van kids of ouders
  - stimuleert de leerlingen om thuis te oefenen; om alle leerstof zo goed mogelijk onder de knie te hebben
  - besteedt aandacht aan de fairplay gedachte; voor, tijdens en na de trainingen
  - maakt geen persoonlijke belofte aan ouders of begeleiders van leerlingen.Signaleer vragen, gebeurtenissen of opmerkingen aan de Algemeen Manager



## VIER KANALEN

- Voet-en-Bal: van 3 - 6j.
- Voetbal Opleidingsschool: van 7 - 12j.
- Keepers Opleidingsschool: van 9 tot 14j.
- Stagekampen: 5-(6-14j.) of 3-sterren (7-12j.) stages tijdens schoolvakanties

TC Keeper: Paul Van Hemelryck / TC Voetbal: Mathias Vanpraet.

## KEEPERS OPLEIDINGSSCHOOL

### Visie op het keepersvak

Vandaag is het zo dat te weinig clubs gebruik maken van een (goede) keeperstrainer. Gezien het feit dat de doelman een specifieke taak heeft is het nut van een vakman in dit domein belangrijker geworden. Een doelman dient nu eenmaal anders te trainen dan een speler. Specifieke oefenstof en eigenschappen kunnen door de keeperstrainer op verschillende manieren worden bijgebracht.

Bij Atletico maken we een synthese van de visie en de evoluties daarvan van twee wereldbefaamde keepervisionairs, met namen Frans Hoek en Maarten Arts. Dat resulteert in de "MasterKeeper Methode"

Om deze techniek goed te beheersen heeft de doelman wel de nodige lef, durf en karakter nodig. Angst of onwetendheid uitstralen is dus uit den boze.

Dwing je doelman om recht naar de bal te gaan. De moeilijkheid die de doelman te verwerken krijgt, is dat hij het moment dient te bepalen op dewelke hij naar de bal gaat. Indien te laat gaan naar de bal heb je toch de aanvaller gedwongen om een actie te maken en vergroot je opnieuw je slaagkans om alsnog de bal te verwerken.

In de evaluatie en coaching van je doelman zijn begrippen als zelfkritiek, zelfvertrouwen, charisma, presence en moed zeer belangrijk. Als doelman mag je geen "schrik" hebben van de bal.

Al te vaak zie je keeperstrainers zonder inhoud werken.

**TRAINEN = ZIEN WAT ER GOED OF FOUT GAAT**

Het anticiperen, beslissen wanneer te gaan ( timing), snelheid van uitvoering zijn essentieel in het keepersvlak. Het gaat er met andere woorden over wat je in je oefenstof legt.

Al te vaak zien we dat keeperstrainers een te beperkte oefenstof trainen.

Een aantal aandachtspunten kunnen in rekening genomen worden als basis of vertrekpunt.

- Trainen is gedetailleerd werken
- Concentratie is essentieel max 1u30.
- Betrek alle doelmannen in de oefenstof
- Een goede organisatie geeft je meer werktijd
- Missen is meteen opnieuw
- Werk in functie van wedstrijd situatie(s)
- Oefenstof in functie van de aantallen opstellen
- Voetenwerk is even belangrijk dan de bal vangen



# VOETBAL OPLEIDINGSSCHOOL

De “MasterKeeper Methode” is geschreven ter ondersteuning van de keeperstrainers binnen de gehele club en het opzetten van een rode draad binnen de ontwikkeling van keepers. Inhoudelijke blokken uit het programma

Deze “blokken” maken de opleiding bij Voetbalschool Atletico zo uniek, omdat ze uitgaan van techniek en branie als basiselementen voor het hele programma. Atletico stelt ze voorop als fundamenten voor het vormen van kundige en verstandige spelers binnen het hedendaagse (inter-)nationale voetbal.

Het gaat om:

- balbeheersing: met de bal als instrument
- baltechniek: aannemen, passen, trappen, drijven, dribbelen, 2-voetigheid,
- lichaamstechniek: afschermen, wegdraaien, bijhouden, opendraaien, reactiesnelheid
- bewegingstechniek: aanleren van passeerbewegingen, zonder en met weerstand
- fysische technieken: snelheid in denken, keuze, actie, reactie, wendbaarheid, balans
- speltechniek: 1vs1, 1vs2, 2vs2, 2vs3, 3vs3, 3vs2, 3vs4, 4vs3
- standaardtechnieken: voorzetten, trap op doel, vrije trap, strafschoep
- samenspel: inwerpen, positieospel, snel en slim denken en keuzes maken
- partijtjes: “Wat hebben we geleerd vandaag”?

## DISCLAIMER

Deze gehele handleiding en de trainerboeken zijn en blijven de volledige en ondeelbare eigendom van Voetbalschool Atletico vzw, beschermd door copyright, met alle rechten voorbehouden volgens de wet van 1957.

Het is derhalve verboden de inhoud van deze handleiding, die uitgereikt wordt in vertrouwen, op welke manier dan ook te vermenigvuldigen zonder schriftelijke en expliciete toestemming van het management van Voetbalschool Atletico vzw.

In de overeenkomsten die Atletico maakt met haar trainers en begeleiders wordt een expliciete paragraaf vermeld hieromtrent. Inbreuken hiertegen kunnen aanleiding geven tot schadeloosstellingen tot €3000. De rechtbanken van het arrondissement Gent zijn in deze bevoegd.

**VOETBALSCHOOL ATLETICO vzw**  
Zetel: Posthoornstraat 38 b.0101, 9870 Machelen (Zulte)  
www.atletico.be - info@atletico.be  
eddy@atletico.be - 0478/980908  
fb: Atletico Voetbal- en Keepersschool