



**PLCFDS**  
Polish Confederation  
of Futebol de Salão

FUTBOL  
ROZWÓJ  
FRANCYZA  
PRZEKUJ WIZJĘ NA  
KARIERĘ BIZNESOWĄ



# SPIS TREŚCI

## 1.1 NASZA MISJA

## 2.1 SOCATOTS

- jak to robimy i dlaczego to działa
- wartości i korzyści

## 3.1 BRAZYLIJSKIE SZKÓŁKI PIŁKARSKIE

- nasza filozofia i Futebol de Salão
- nauka o Brazylijskich Szkołkach Piłkarskich

## 4.1 SYSTEM FRANCYZOWY

- nawiązanie współpracy, wsparcie biznesowe i benefity

## 5.1 NASZA HISTORIA

## 6.1 SUPER GWIAZDY FUTBOLU O NAS

Kiedy byłem chłopakiem, grałem tylko w Futebol de Salão - to najlepszy start dla dzieciaków!

Juninho





**PLCFDS**

Polish Confederation  
of Futebol de Salão

# NASZA MISJA



wiza.pl.icfds.com

CFDS Polska, członek ICFDS (International Confederation of Futebol de Salão) jest dumnym właścicielem dwóch futbolowych marek: SOCATOTS i Brazylijskich Szkółek Piłkarskich.

Metodyka ICFDS opiera się na dwóch potężnych narzędziach: brazylijskiej grze, a zarazem technice piłkarskiej, nazywanej Futebol de Salão oraz wyjątkowym programie treningowym.

**Nasz system treningowy**, zainspirowany osiągnięciami brazylijskiego futbolu, ma na celu stworzenie z naszych młodych graczy obdarzonych najlepszymi cechami piłkarzy.

**Nasz cel** to umożliwienie wszystkim dzieciom dostępu do wyjątkowego pod względem techniki i nabywania nowych umiejętności treningu piłkarskiego, który może zwiększyć ich szanse na karierę zawodowych piłkarzy lub wybitnych trenerów.

**Nasze rezultaty** potwierdzają wysoko wykwalifikowani gracze kochający piękny futbol.

# CEL & MISJA



**PLCFDS**  
Polish Confederation  
of Futebol de Salão

Witamy w CFDS Polska!

Z radością reprezentujemy dwie znane na świecie futbolowe marki:  
SOCATOTS i Brazylijskie Szkółki Piłkarskie.



[misja.pl.icfds.com](https://misja.pl.icfds.com)

Rozwijałem swoje umiejętności grając w Futebol de Salão w Bauru, mojej rodzinnej miejscowości. Prawdziwe i totalne piękno piłki nożnej przejawia się właśnie w pomysłowości, kreatywności, instynkcie i wyćwiczonych umiejętnościach, zarówno w przypadku indywidualnego gracza, jak i drużyny.

Pele





# Dziękujemy za zainteresowanie współpracą z CFDS Polska!



**Naszym celem jest zrewolucjonizowanie metod treningowych i umożliwienie każdemu dziecku dostępu do wyjątkowego pod względem techniki i nabywania nowych umiejętności treningu piłkarskiego.**

Nasz innowacyjny, inspirowany piłką nożną program zajęć sportowych dla dzieci połączony z niezrównaną metodyką treningu, kształtuje w rezultacie wysoko wykwalifikowanych graczy, którzy kochają piękny futbol.

Wierzmy, że kluczem do rozwoju talentu jest wzmocnienie u dzieci pewności siebie, poprzez ćwiczenie pamięci właściwych mięśni i zaangażowanie w trening.

**Mamy do dyspozycji dwa unikalne narzędzia: nasz markowy program treningowy zainspirowany Futebol de Salão oraz syllabus, który potrafi zachęcić dzieci do efektywniejszego treningu.**

Futebol de Salão to brazylijski futbol grany na sali. Zdaniem Daniela Coyle, autora "Kodu Talentu", to on był czynnikiem, który zdecydował o pięciokrotnym brazylijskim sukcesie w mistrzostwach świata.

**Czy chcesz być częścią tej misji?**

**ICFDS jest pionierem, który popularyzuje brazylijskie techniki piłkarskie oraz inspirowany piłką nożną program rozwoju fizycznego dzieci.**

CFDS Polska będzie wspierać zarówno tych, którzy marzą o zbudowaniu zwycięskiej drużyny piłkarskiej, jak również tych, którzy chcieliby pozostawić po sobie trwałe ślad, rewolucjonizując podejście do rozwoju fizycznego dzieci i młodzieży w Polsce.

Efektywna praca z młodymi jest w centrum naszych zainteresowań. Pragniemy, aby nasi podopieczni mogli wyrosnąć na piłkarzy charakteryzujących się determinacją, polotem, wolą walki i oddaniem grze. Te cechy w połączeniu z energią, kreatywnością i dopracowaną techniką – znakiem firmowym naszej metodologii treningu i naszej filozofii – gwarantują olbrzymie sukcesy.

Dzisiejsze SOCATOTS i Brazylijskie Szkółki Piłkarskie zapewniają innowacyjny, oryginalny i całościowy program, który, zainspirowany brazylijskimi metodami treningowymi, wciąż się rozwija.



[programy.pl.icfds.com](http://programy.pl.icfds.com)

# NASZE MARKI



SOCATOTS to największa na świecie sieć szkółek oferujących zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci w wieku od 6 miesięcy do 5 lat.

Poprzez metodyczne zajęcia sportowe pod okiem wykwalifikowanych trenerów, razem z rodzicami i w grupie rówieśniczej, rozwijamy dzieci zarówno ruchowo, jak i społecznie.

SOCATOTS to więcej niż zajęcia piłkarskie dla dzieci, to również nauka liczenia, kolorów, części ciała i czas spędzony przez dzieci z rodzicami.



[socatots.pl.icfds.com](http://socatots.pl.icfds.com)



## W SOCATOTS:

- propagujemy aktywność fizyczną najmłodszych dzieci, wierzymy, że pomaga ona rozwijać pozytywne aspekty ich osobowości, ułatwia naukę w przyszłości i zapewnia zdrowie
- chcemy, by dzieci cieszyły się aktywnością fizyczną, pokazujemy jak trenować bezpiecznie i odpowiedzialnie
- łączymy naukę z zabawą
- angażujemy rodziców, co wzmacnia u dzieci poczucie własnej wartości i poprawia samoocenę
- traktujemy każde dziecko indywidualnie
- uczymy integrować się w grupie, dzielić i współpracować, a wszystko podczas zabaw dostosowanych do wieku dzieci
- wprowadzamy zabawy z piłką



## GRUPY WIEKOWE

**Zajęcia SOCATOTS dla dzieci przed ukończeniem 1 roku życia** mają na celu rozwój koordynacji ruchowej; to czas, kiedy dzieci uczą się raczkować, pełzać czy siadać.

Ćwiczymy te umiejętności w oparciu o wesołe zabawy sportowe. Zajęcia są krótsze niż te przeznaczone dla starszych grup wiekowych.

**Dzieci w wieku od 1 roku do 2,5 lat** wciąż budują swoją koordynację, równowagę i zręczność. Ćwiczą indywidualnie z piłką, potrafią już ją kontrolować i czynią widoczne postępy.

**Zajęcia dla dzieci od 2,5 do 5 lat** koncentrują się na kontrolowaniu piłki, utrwalają nabyte umiejętności i wprowadzają bardziej skomplikowane zadania, które doskonalą pracę stóp. Dzieciom nadal towarzyszy rodzic bądź opiekun, ale potrafią już działać zespołowo w małych grupach.





SOCATOTS to największa na świecie sieć szkółek oferujących inspirowane piłką nożną ogólnorozwojowe zajęcia dla dzieci w wieku od 6 miesięcy do 5 lat.

Unikalne podejście i metodyczne, sportowe zajęcia z piłką pod okiem wykwalifikowanych trenerów, z czynnym udziałem rodzica i w grupie rówieśniczej to całościowy program dla dzieci, rozwijający je ruchowo oraz społecznie.

SOCATOTS to również nauka liczenia, kolorów czy części ciała, co poprawia pamięć i koncentrację, oraz podstawowych wzorców ruchowych, równowagi i koordynacji motorycznej.

Podstawowym celem SOCATOTS jest stworzenie dzieciom idealnych warunków do rozwoju sprawności fizycznej oraz wielopłaszczyznowe ćwiczenie umysłu. Program został tak zaprojektowany, aby poprzez zabawę z piłką nie tylko wyrabiał cechy motoryczne

dziecka, ale także wspierał poczucie własnej wartości i pewności siebie – tym samym wzmacniał pozytywne cechy jego osobowości. W efekcie dziecko wzrasta zdrowo, zwiększa się jego sprawność ruchowa, a jednocześnie rozwija swoją wytrzymałość, koncentrację, pamięć i ogólne zdolności poznawcze.

Misją Socatots jest dążenie do angażowania coraz większej liczby dzieci w aktywność fizyczną, przy użyciu piłki nożnej jako głównego narzędzia rozwoju. Socatots pragnie uczyć już bardzo małe dzieci podstawowych schematów ruchowych, równowagi, koordynacji ruchowej oraz istoty aktywności fizycznej.

Integralną częścią Socatots są elementy edukacji w zakresie rozwoju społecznego, które kładą nacisk na kształtowanie dzieci przede wszystkim jako lepszych ludzi, a dopiero później – lepszych sportowców.

Niemal nie do uwierzenia jest to, co można osiągnąć dzięki programom SOCATOTS i Brazylijskich Szkółek Piłkarskich, to niesamowite i wyjątkowe. Będzie miało ogromny wpływ i na futbol, i na wychowanie dzieci. Widzę to w aspekcie społecznym, fizycznym, a także dotyczącym techniki - to wpłynie na przyszłe pokolenia na całym świecie.

Carlos Alberto



# NASZE WARTOŚCI

1. SOCATOTS jest unikatowe i zostało stworzone po to, aby zrewolucjonizować metody rozwoju i edukacji młodych ludzi, rozszerzając granice tego, co uważamy za normalne czy wręcz tego, co uważamy za możliwe. Robimy to przez zabawę, w akceptującym i przede wszystkim bezpiecznym środowisku.
2. Głównym celem programu SOCATOTS jest zaangażowanie w aktywność sportową jak największej liczby dzieci, gdyż głęboko wierzymy, iż będzie to miało pozytywny wpływ na tak kluczowe obszary jak edukacja, zdrowie czy sport w Polsce.
3. SOCATOTS stara się pomagać wszystkim zaangażowanym w edukację dzieci, aby jeszcze zwiększyć możliwości ich rozwoju.
4. SOCATOTS zawsze traktuje dobro i bezpieczeństwo dzieci jako najwyższy priorytet.



[korzysci.pl.icfds.com](http://korzysci.pl.icfds.com)

# KORZYŚCI

## **PRAWIDŁOWY ROZWÓJ DZIECKA**

Wspieramy harmonijny rozwój fizyczny dzieci, pomagamy im prawidłowo rozwijać się społecznie i intelektualnie, ćwiczymy pod okiem doświadczonych trenerów.

## **AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA**

Zachęcamy do aktywnego spędzania czasu wolnego, pokazujemy, jak trenować bezpiecznie. Nasze zajęcia ogólnorozwojowe uczą na wesoło, że ruch to zdrowie!

## **KONTAKT Z RÓWIEŚNIKAMI**

Zapewniamy dzieciom czas w grupie rówieśniczej, rozwijamy umiejętność współpracy w zespole, dzielenia się, uczymy kreatywnego rozwiązywania problemów. Na nasze zajęcia ogólnorozwojowe zapraszamy dziewczynki i chłopców.

## **ZABAWA I NAUKA**

Dzieci spędzają czas na swój ulubiony sposób, uczą się systematyczności, dobrej organizacji i zdrowej dyscypliny.

## **AKTYWNY UDZIAŁ RODZICÓW**

Prowadzimy zajęcia z udziałem rodziców, co zwiększa pewność siebie u dzieci i podnosi ich samoocenę. Zajęcia pomagają zacieśnić więzi emocjonalne, zapewniają satysfakcję i radość ze spędzania czasu razem z rodzicem.

## **NDYWIDUALNE PODEJŚCIE**

Wspólnie cieszymy się z każdego sukcesu, pomagamy dzieciom radzić sobie z niepowodzeniami czy trudniejszymi zadaniami, wzmacniamy poczucie własnej wartości.

## **ZAJĘCIA Z PIŁKĄ DLA WSZYSTKICH DZIECI**

Uczymy obcowania z piłką, tłumaczymy zasady fair play, przestrzegamy reguł. We wszystkich szkołkach SOCATOTS prowadzimy zajęcia dla chłopców i dziewczynek.





Ocaliliście Futebol de Salão. Wielu piłkarzy jest tym zachwyconych, wciąż uwielbiamy w to grać!

Socrates



#### Dzieci w wieku od 1 do 2,5 lat

Dzieci umiejące chodzić nadal doskonalą zdolności motoryczne, koordynację, równowagę i zręczność. Przy użyciu podstawowych umiejętności posługiwania się piłką, nabytych w pierwszym etapie ćwiczeń z SOCATOTS, dziecko nauczy się nowych ćwiczeń. Wykorzystując rozwiniętą wcześniej równowagę, dzieci odkryją teraz nowe sposoby kontrolowania piłki w powietrzu.

## SOCATOTS dla różnych grup wiekowych:

#### Dzieci w wieku od 6. do 12. miesiąca

Zajęcia skupiają się na pomaganiu dzieciom w raczkowaniu i poruszaniu się, przy użyciu odpowiedniego sprzętu i ćwiczeń. W przypadku dzieci niechodzących, ćwiczenia mają na celu rozwijanie koordynacji i pomoc w nauce siadania. Dzięki łatwym ćwiczeniom dzieci będą rozwijać równowagę. Metodologia Socatots w tej grupie wiekowej skupia się na rozwoju dzieci w obszarze społecznym, osobowości, rozwoju komunikacji, podstaw liczenia, języka, jak również ogólnego rozwoju fizycznego. Wychodzimy z założenia, że nigdy nie jest za wcześnie na naukę. Każdy z tych obszarów rozwoju realizowany jest poprzez zabawę i specjalne ćwiczenia. Zajęcia w pierwszej grupie wiekowej są specjalnie dostosowane dla dzieci pod kątem długości trwania zajęć. Zajęcia są krótsze niż w innych grupach wiekowych, co wynika z ograniczonych możliwości percepcji i koncentracji dziecka w tym wieku.

#### Dzieci w wieku od 2,5 do 5 lat

Ćwiczenia dla tej grupy wiekowej bazują na zdolnościach kontrolowania piłki i koordynacji nabytych w trakcie zajęć w pierwszej i drugiej grupie wiekowej. Dzieci nauczą się wykonywać trudniejsze polecenia, będą utrwalały dobre nawyki, np. trzymania głowy w górze podczas pracy z piłką. Wprowadzane będą proste ćwiczenia kontrolowania piłki w powietrzu, dzieci będą zachęcane do rozwijania zdolności żonglowania. Pracować będą nadal z rodzicami lub opiekunami, jednak będą też miały możliwość współpracy w małych grupach z innymi dziećmi.





• D  
PELE  
D •  
R • RALDINHO

**Brazilian Soccer Schools:** jedna z największych organizacji futbolowych na świecie, realizująca unikalny program treningowy przeznaczony dla dzieci i młodzieży, od 5 do 18 roku życia.

Nasza coraz bardziej popularna metoda treningowa opiera się na 3 solidnych filarach:

- usystematyzowanym podejściu do treningu dzieci i młodzieży,
- własnym sylabusie, który obejmuje 147 podstawowych umiejętności,
- Skills Badge Scheme: efektywnym systemie ewaluacji i nagradzania zawodników.

Centralną osią programu jest Futebol de Salão, brazylijska wersja futsalu, rozgrywana na powierzchni wielkości boiska do koszykówki mniejszą, cięższą piłką, która prawie nie odbija się od ziemi. Dzięki temu gra jest niezwykle szybka, a zawodnicy mają możliwość doskonalenia wszystkich umiejętności zawartych w programie w warunkach rozgrywek drużyn liczących po 5 zawodników.



## KORZYŚCI

- specjalna piłka
- nauka technik futbolowych
- kontakt z rówieśnikami
- indywidualne podejście
- monitorowanie postępów
- weryfikowanie zdobytych umiejętności
- dalsze możliwości rozwoju zawodników
- sesje treningowe przygotowane dla różnych grup wiekowych

### Co mówi nauka o Brazylijskich Szkółkach Piłkarskich

Badanie przeprowadzone przez University of Northumbria at Newcastle w 2001 roku, porównujące praktyki treningowe w profesjonalnych piłkarskich akademiach i w Brazylijskich Szkółkach Piłkarskich, wykazało, że aerobowa i anaerobowa intensywność zajęć w tych ostatnich jest 8 razy większa.

### Filozofia Brazylijskich Szkółek Piłkarskich

Nasza filozofia treningowa, najprościej rzecz ujmując, zakłada ukształtowanie zawodnika technicznie kompetentnego zanim zacznie on rywalizację na boisku. Wierzymy w ciężką pracę, wytrwałość i ciągłe doskonalenie się.

**Brazilian Soccer Schools:** jedna z największych organizacji futbolowych na świecie, realizująca ujednolicony program treningowy przeznaczony dla dzieci i młodzieży, od 5 do 18 roku życia.

Nasze sukcesy oraz popularność zawdzięczamy systemowemu podejściu do trenowania dzieci oraz unikalnemu programowi – sylabus opiera się na 147 umiejętnościach, które wdrażamy i weryfikujemy opracowaną przez naszych specjalistów metodą Skills Badge Scheme.

Początkowo koncentrujemy się na wypracowaniu indywidualnej techniki ogólnej i mistrzowskim opanowaniu piłki. Kiedy zawodnicy dorastają i dojrzewają psychicznie, struktura ich treningu zmienia się, wzbogaca o elementy taktyczne oraz rozwojowe (fizyczne i mentalne) programu.

Nie wierzymy w legendy o talentach naturalnych czy sukcesach przychodzących z dnia na dzień. Wierzymy za to w sumienną pracę i regularną praktykę. Nasza filozofia zakłada, że tylko dzięki zwiększonej ilości kontaktów z piłką podczas treningu i ciągłym powtórzeniom, zawodnicy mogą doskonalić swoje umiejętności we wszystkich aspektach gry.

Unikalny Futebol de Salão, podstawa całego naszego programu, to oryginalna brazylijska wersja futsalu. Rozgrywana jest na powierzchni wielkości boiska do koszykówki mniejszą (rozmiar 2), cięższą (465 g) piłką, którą charakteryzuje zaledwie 10% odbicie.

Jak wyjaśniał to Emilio Miranda z University of São Paulo, taka wersja gry stwarza o 600% więcej okazji kontaktów, a dla Brazylii stanowiła swoiste laboratorium improwizacji.

# FILOZOFIA BRAZYLIJSKICH SZKÓŁEK PIŁKARSKICH

Filozofia naszych treningów opiera się na rozwoju zawodników pod kątem swobodnego posługiwania się piłką oraz takich aspektów fizycznych piłkarza, które pozwolą na wyróżnienie się w przyszłości w prawdziwej grze. Celujemy w rozwój zawodników do poziomów wcześniej niespotykanych, być może takich, o których się wcześniej nikomu nie śniło, tworząc piłkarza kompletnego.

Założenia programu są długoterminowe, w jego początkowej fazie koncentrujemy się bardziej na rozwoju indywidualnym, niż na drużynowym. Wyznajemy pogląd, że trening futbolowy powinien być indywidualnym dążeniem do mistrzowskiego opanowania narzędzia gry – piłki. Dopiero wtedy przychodzi czas na mecze. Analogicznie: młody, aspirujący muzyk spędzi trzy lub cztery lata, doskonaląc technikę i opanowując instrument, zanim zostanie zaproszony do gry w orkiestrze.

Założenie indywidualnego rozwoju w BSS odzwierciedla rosnącą wraz z wiekiem dziecka liczbę godzin treningowych, w czasie których, dzięki możliwości powtarzania ćwiczeń, zawodnicy rozwijają zarówno podstawowe, jak i te najbardziej skomplikowane umiejętności.

Mniejsza (rozmiar 2) i cięższa (o 10% odbiciu) piłka Futebol de Salão używana jest w pierwszych latach trenowania, aby umożliwić doskonalenie techniki. Ta gra oraz zastosowana piłka gwarantują najlepsze środowisko dla przyszłego gracza konwencjonalnego futbolu.

Futebol de Salão to moje początki,  
moja miłość, w to właśnie  
uwielbiałem grać.

Ronaldo  
Luís Nazário de Lima



Na początku największy nacisk kładziemy na rozwój techniki, a wraz z dorastaniem zawodników coraz więcej miejsca zajmują trening fizyczny, sytuacje boiskowe i taktyka.

Standardowe piłki (rozmiar 4 i 5) używane są do nauki dłuższych podań w powietrzu, uderzania głową i oddawania strzałów, podczas gdy piłki innego rodzaju i w innych rozmiarach pozwalają na osiągnięcie wielu ściśle sprecyzowanych celów treningowych. Piłka w rozmiarze 1 zaprojektowana została dla najmłodszych zawodników BSS, a lżejsza piłka futsalowa w rozmiarze 4, o 30% odbiciu, używana jest na trawiastej powierzchni, umożliwiając przyszłym zawodnikom dostosowanie ich umiejętności do wymogów konwencjonalnego futbolu.

Długość sesji treningowych BSS zależna jest od wieku graczy. Typowa sesja podzielona jest na tercje, podczas których wykonuje się indywidualną pracę z piłką, pracę w parach bądź grupach oraz rozgrywa się mecz.

Trening jest bardzo intensywny. Najlepsi gracze BSS trenują dwie godziny dziennie zgodnie z programem właściwym ich lokalizacji. Brazylijskie Szkołki Piłkarskie zachęcają swoich zawodników, aby poświęcali dodatkowo godzinę dziennie na indywidualne ćwiczenia z piłką według Skill Badge Scheme dokładnie tak samo, jak robiły to muzyk doskonalący opanowanie instrumentu.



# NASZE WARTOŚCI

1. Chcemy grać w piłkę nożną pięknie i z radością.
2. Trenujemy młodych adeptów piłki nożnej, którzy są prawdziwymi sportowcami – wytrwałymi i pracowitymi.
3. Wierzimy w brazylijską grę na sali, Futebol de Salão.



Kiedy zaczynasz grać w konwencjonalny futbol, okazuje się łatwiejszy dzięki Futebol de Salão.

Rivelino

## ROLA FUTEBOL DE SALÃO

Intencją Simona Clifforda, który powołał do życia Brazylijskie Szkołki Piłkarskie, było zastosowanie Futebol de Salão i jego atrybutów jako części szerszej edukacji młodego zawodnika. Brazylijskie Szkołki Piłkarskie kontynuują ten zamysł, traktując Futebol de Salão jako narzędzie rozwoju naszych graczy, nie jako osobną dyscyplinę.

Sama gra i stosowana w niej piłka jest przeznaczona dla początkujących, bowiem rozwija "szybkie stopy", umiejętność kreatywnych podań, niekonwencjonalnego poruszania się, kontaktu i dryblingu. Te elementy są kluczowe dla każdego gracza, ale jako podstawy są często zaniedbywane w przypadku konwencjonalnych szkoleń.

Piłka jest tu czynnikiem decydującym. Ze względu na swój rozmiar i wagę nie może być łatwo wyrzucona w powietrze, jak w futsalu czy klasycznej piłce nożnej. Zapobiega to długim podaniom i umożliwia ciągły kontakt z piłką, szybkie przejścia i kreatywne podania.

Rozmiar piłki utrudnia uniki, ale ciężar paradoksalnie ułatwia jej kontrolowanie, co zwiększa pewność siebie młodych graczy. Piłka znajduje się zawsze blisko stopy, co zwiększa częstotliwość kontaktu z piłką, a to podstawowy wymóg podczas zdobywania poszczególnych umiejętności.

Mała powierzchnia boiska wymusza szybkość myślenia i grania, a bliskość przeciwników - konieczność ochrony piłki przed ciągłym pressingiem. Ciągła ochrona piłki to kluczowy składnik gry.

Szybkość gry z kolei ma znaczący wpływ na wydolność układu oddechowego zawodnika, stąd w czasie treningu wszystkie najważniejsze komponenty: techniczny, fizyczny i taktyczny, są kształtowane jednocześnie. Osiągnięcia zawodnika podczas meczu nie powinny być sumą tych komponentów, ale rezultatem ich perfekcyjnej integracji.

Futebol de Salão to najlepsze narzędzie efektywnego zintegrowania wszystkich umiejętności w fizycznie i psychologicznie wymagających realiach takiego meczu. Więc kiedy zawodnicy stają na murawie w konwencjonalnych drużynach po 11, dysponują większą przestrzenią i dłuższym czasem - gra wydaje się im łatwiejsza.

## CO MÓWI NAUKA O BRAZYLIJSKICH SZKÓŁKACH PIŁKARSKICH



Dobrze wiemy, że podstawą dobrego futbolu są nabyte umiejętności. Przez cały okres trenowania zawodników nieustannie rozwijamy również te, które w nich zaszczepiliśmy.

Sukces w futbolu jest zależny od poziomu wypracowania właściwego danemu zawodnikowi zestawu cech - poznawczych, kognitywnych i motorycznych.

W przypadku futbolu młodzieżowego wygrane w meczach często uważa się za ważniejsze od kształtowania zawodnika. Wygrywanie jest istotne, ale wraz z upływem czasu stanie się oczywistym efektem codziennej pracy. Pomijając istotność codziennego treningu, futbol w porównaniu do innych dyscyplin sportowych poświęcił relatywnie mniej wysiłku w identyfikację czynników wspierających efektywność treningu.

Poniższa tabela zawiera dane dostarczone przez departamenty nauki o sporcie należące do FA (Football Association) i FIFA (Fédération Internationale de Football Association), które częściowo wyjaśniają fenomen metodologii Brazylijskich Szkółek Piłkarskich.

Kolejne badanie przeprowadzone w 2001 roku przez University of Northumbria at Newcastle potwierdza te wyniki. Analiza porównawcza treningów Brazylijskich Szkółek Piłkarskich z treningami profesjonalnych akademii futbolu wykazała, że dopiero 8 konwencjonalnych sesji treningowych szkółek brytyjskich dorównuje aerobowej i anaerobowej intensywności jednej sesji BSS.

Futbol konwencjonalny:	 % czasu, kiedy piłka jest poza grą	 ilość kontaktów z piłką w czasie 1 minuty
11 zawodników w drużynie	<b>34.62</b>	<b>0.60</b>
7 zawodników w drużynie	<b>14.11</b>	<b>0.769</b>
5 zawodników w drużynie	<b>1.78</b>	<b>2.73</b>
Futsal	<b>11.59</b>	<b>2.60</b>
Futebol de Salão	<b>5.12</b>	<b>7.95</b>

Źródło: Badania naukowe przeprowadzone przez departamenty badań FA i FIFA

Praktyka, powtórzenia i postęp są podstawą sylabusu Brazylijskich Szkółek Piłkarskich.

Wyodrębniamy trzy najważniejsze powody, dla których Brazylijskie Szkółki Piłkarskie wykorzystują metodologię Futebol de Salão, i te wskazania utwierdzają nas w przekonaniu, że właśnie Futebol de Salão jest niezaprzeczalnie najbardziej efektywnym czynnikiem budującym umiejętności późniejszego zawodnika konwencjonalnego futbolu.

Procentowa ilość czasu, kiedy piłka znajduje się poza grą podkreśla czas zaangażowania graczy w aktywność na boisku, stąd wiemy, że zawodnik Futebol de Salão jest "zaangażowany" dłużej, co zaowocuje jego większą wydolnością tlenową i beztlenową, niż w przypadku zawodnika futsalu czy futbolu rozgrywanego po 7 czy 11 zawodników w drużynie.

Jedynym wyjątkiem jest tu angielski futbol tradycyjny rozgrywany w drużynach po pięciu zawodników.

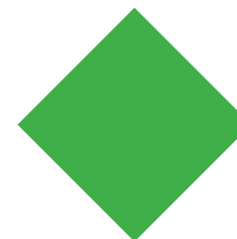
Co więcej, wzmożona intensywność gry ze względu na niewielki jej obszar oraz bliskość przeciwnika pozytywnie wpływa na integrację technicznych, fizycznych i kognitywnych (podejmowanie decyzji, taktyka) elementów gry, bardziej niż na rozwój pojedynczych jej komponentów.

Oprócz rozgrywania meczy, program treningowy Brazylijskich Szkółek Piłkarskich zapewnia praktykowanie kluczowych umiejętności. Ocenia się, że w typowej sesji gracz ma kontakt z piłką średnio 30,15 razy w każdej minucie. Dwugodzinną sesją treningową to 3618 kontaktów. To o wiele więcej niż ilość 1000 kontaktów w miesiącu rekomendowana przez szkółki futbolowe.

Dla zawodnika mobilizowanego do rozwijania swoich umiejętności pod presją czasu i w trudnych warunkach fizycznych, konwersja do konwencjonalnego futbolu z dłuższym czasem i większym obszarem gry jest już znacznie łatwiejsza.

Ograniczone pole gry zapewnia doskonalenie sprawności motorycznej oraz zwiększa zdolność przyswajania nowych umiejętności.

Zastosowana piłka wymaga częstszego kontaktu, a w związku z tym, że nie może być łatwo uniesiona w powietrze, dynamika gry się zmienia. Ogranicza długie podania w powietrze, tak charakterystyczne dla konwencjonalnego futbolu oraz rozgrywanego po 7 zawodników w drużynie, a to zmusza zawodników do innego prowadzenia gry.





## 3 powody, dla których opieramy się na Futebol de Salão:

### PIĘKNA GRA

BSS kontynuuje wspaniałą tradycję futbolu brazylijskiego, kształcąc wytrwałych, pracowitych i zdolnych do poświęceń zawodników, którzy po prostu grają pięknie i z pasją. Od 1992 roku, kiedy to Simon Clifford rozpoczął pracę nad programem BSS, metody pracy z młodymi zawodnikami wciąż ewoluują, tworząc oryginalny, usystematyzowany i skuteczny program treningowy.

### PIŁKARZ DOSKONAŁY

Filozofia naszych treningów opiera się na rozwoju zawodników pod kątem swobodnego posługiwania się piłką oraz ich aspektów fizycznych, które pozwolą na wyróżnianie się w przyszłości w prawdziwej grze. Celujemy w rozwój zawodników do poziomów wcześniej niespotykanych, być może takich, o których się wcześniej nikomu nie śniło, tworząc w efekcie piłkarza kompletnego.

### TECHNIKA PIŁKARSKA

Największy nacisk kładziemy na rozwój techniki, jednak wraz z dorastaniem zawodników coraz więcej czasu przeznaczamy na trening fizyczny, sytuacje boiskowe i taktykę. Założenie indywidualnego rozwoju w BSS odzwierciedla rosnąca wraz z wiekiem dziecka liczba godzin treningowych, w czasie których, dzięki powtarzalności ćwiczeń, zawodnicy rozwijają zarówno podstawowe, jak i najbardziej skomplikowane umiejętności.



# SYLLABUS

## BSS dla dzieci w wieku 5 - 8 lat

W najmłodszej grupie - dzieciom od 5 do 7 lat pomagamy rozwijać koordynację i sprawność ogólną, pokazujemy, na co je stać w ćwiczeniach zarówno z piłką, jak i bez. Wykorzystujemy ich naturalne predyspozycje - swobodne i radosne podejście do piłki, niezachwianą wiarę we własne umiejętności, bujną fantazję i niespożyte pokłady energii. Koncentrujemy się na indywidualnej pracy z piłką, która pochłania nie mniej niż 60 % każdej sesji, podczas gdy 30% przeznaczamy na rozgrywanie Futebol de Salão. Wprowadzamy je powoli do Skills Badge Scheme (systemu weryfikacji postępów stworzonego przez ICFDS) oraz zachęcamy do wzajemnego szacunku i przyjacielskiego traktowania. Cel ogólny to wstęp do metodologii BSS, solidne wykształcenie umiejętności podstawowych jako bazy dla następnego etapu nauki. Najważniejsze w tym czasie są indywidualne umiejętności poszczególnych dzieci i ich ekspresja.

## BSS dla dzieci w wieku 8 - 11 lat

Ten wiek to początek rywalizacji, wprowadzamy więc dużo gier i pierwsze gry 1 na 1, ćwiczenia w parach i grupach oraz przygotowujemy je do pierwszych meczy. Nadal rozwijamy koordynację i sprawność ogólną naszych zawodników. Podstawą są ćwiczenia i zabawy z piłką, podczas których dzieci poznają podstawy technik. Kontrola piłki, prowadzenie piłki, zmysł obserwacji, orientacja przestrzenna, strzały, samodzielne i szybkie podejmowanie decyzji to główne umiejętności, które szlifujemy na treningach. Uczymy się, że porażki to nieodłączny element nauki i traktujemy je jako motywację. Weryfikujemy zdobyte umiejętności używając systemu Skills Badge Scheme, ale nie zapominamy, że najważniejsza jest dobra zabawa i miłość do piłki.

## BSS dla dzieci w wieku 11 +

W najstarszej grupie skupiamy się przede wszystkim na doskonaleniu technik piłkarskich. Wielokrotne powtórzenia kluczowych ćwiczeń przynoszą efekty w postaci wzrostu umiejętności kontroli piłki, zwodów, dryblingów oraz dokładności wykonania technik. Rozwijamy obunożność, szybkość zawodników, orientację przestrzenną, pracujemy nad zmianami tempa i kierunku gry. Do treningu wplątamy podstawy techniki gry zespołowej - gramy w różnych ustawieniach, od 1 na 1, do 7 na 7. Wzmacniamy ogólną sprawność, ale już ukierunkowujemy ją na rywalizację i współzawodnictwo, wykorzystując w praktyce wszystkie wyuczone techniki i elementy gry. Również na tym etapie nieustannie uczymy naszych zawodników czerpać radość z gry.



## KORZYŚCI

1.

### Specjalna piłka

Specjalna piłka Futebol de Salão (rozmiar 2), którą gramy, oraz mniejszy obszar gry to czynniki, które mają największy wpływ na rozwój najbardziej pożądanых cech u piłkarzy: „szybkich stóp”, kreatywnego podawania, niekonwencjonalnego poruszania się, umiejętności odbioru i dryblingu oraz chronienia piłki przed ciągłym pressingiem.

2.

### Rozwój techniki piłkarskiej

Uczymy szybkości podejmowania decyzji i umiejętności panowania nad piłką. Podczas treningów rozwijamy 147 umiejętności piłkarskich, podzielonych na siedem obszarów głównych.

3.

### Treningi

Sesje treningowe w BSS są dostosowane do wieku zawodnika. Typowa sesja podzielona jest na tercje: indywidualna praca z piłką, ćwiczenia w parach oraz gra. Sesje i gra są bardzo intensywne, z ograniczonymi przerwami.

4.

### Kontakt z rówieśnikami

Pokazujemy, jak grać w zespole, jak na boisku zachowywać się w zgodzie z zasadami fair play. Podczas treningów dzieci uczą się współpracy, szacunku dla przeciwnika, nawiązują też nowe znajomości i przyjacielskie relacje.

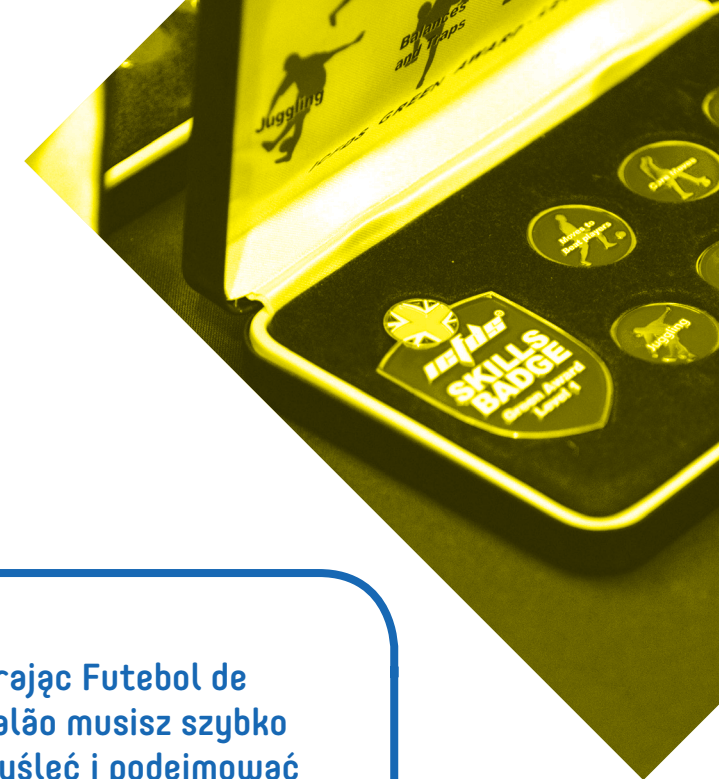
Grając Futebol de Salão musisz szybko myśleć i podejmować decyzje. To wspaniałe środowisko do nauki.

Zico



**Will Partington**

HEAD COACH (during guest team session)





Wszystko, co zdobyłem jako dojrzały zawodnik, zawdzięczam Futebol de Salão.

Emerson



5.

#### Indywidualne podejście

Do każdego naszego zawodnika podchodzimy w indywidualny sposób. Przyglądamy się zaletom i umiejętnościom młodych graczy, poznajemy ich i z każdym pracujemy indywidualnie.

6.

#### Śledzenie postępów w rozwoju dziecka

Skill Badge Scheme to zuniifikowany system oceny, z którego korzystamy przy określaniu poziomu umiejętności zawodnika. Przeprowadzamy regularne testy, które stanowią swoistą historię rozwoju umiejętności piłkarskich poszczególnych zawodników.

7.

#### Weryfikacja zdobytych umiejętności

Tworzymy warunki i możliwości do rywalizacji sportowej, dostosowanej do wieku dziecka. W najmłodszej grupie najważniejsze jest oswojenie piłki i zabawa z nią, nie wynik, ale wprowadzamy mini-rozgrywki – 4 na 4 lub 2 na 2. W starszych grupach sprawdzamy się podczas organizowanych sparingów wewnętrznych oraz rozgrywek z klubami spoza BSS.

8.

#### Perspektywa dalszego rozwoju

Nasi zawodnicy mają do wyboru trzy możliwe ścieżki rozwoju – to oni decydują, którą z nich pójść. Może to być gra rekreacyjna, gra w kadrze lokalnej lub ścieżka indywidualna.



# SYSTEM FRANCYZOWY

Dążymy do tego, aby stać się największą światową organizacją francyzową, składającą się z dobrze prosperujących, społecznie odpowiedzialnych partnerów.

Jako francyzodawca zapewniamy niezbędne narzędzia, dokumentujemy najbardziej efektywne procesy i szkolimy każdego z naszych francyzobiorców.

Nasz program, dzięki zaangażowaniu wielu z naszych międzynarodowych francyzobiorców, dociera do setek tysięcy szczęśliwych dzieci, przyczyniając się do odkrywania piłkarskich talentów przyszłości.

Sukces naszych francyzobiorców przypisujemy dwóm kluczowym czynnikom:

1. systemowi szkoleniowemu, w który wierzymy i który zapewnia nam najlepsze wyniki
2. systemowi zarządzania i infrastrukturze wsparcia

## Wspieramy naszych francyzobiorców zapewniając:

- dostęp do zintegrowanej platformy informatycznej opartej na "szytym na miarę" systemie CRM
- kompletny zestaw materiałów marketingowych, zarówno w formie drukowanej, jak i cyfrowej
- wiedzę opartą na latach doświadczeń
- kontakt osobisty z naszymi francyzobiorcami z całego świata, którzy odnoszą największe sukcesy

## Skontaktuj się z nami: [PL.ICFDS.com!](http://PL.ICFDS.com)





# PROCEDURA I KORZYŚCI DLA FRANCZYZOBIORCY

## **Dostęp do zintegrowanej platformy informatycznej opartej na "szytym na miarę" systemie CRM:**

- System komunikacji oparty o G Suite (Google), składający się z poczty email, kalendarza, komunikatora oraz współdzielenia pracy na dokumentach
- System Zarządzania Relacjami z Klientem (CRM), pomocny w efektywnym prowadzeniu biznesu
- Analiza wydajności
- Automatyczne zapisy online
- Wielopoziomowe zarządzanie potencjalnym klientem
- Bazy danych treningów Socatots i BSS

## **Ogromna wiedza oparta na latach doświadczeń:**

- Pomoc w wyznaczaniu celów oraz planowaniu sesji
- Ułatwianie rozwoju i wzrostu
- Baza programów treningowych dostępna online
- Platforma e-learningowa
- E-podręcznik operacyjny
- Osobiste wsparcie centrali
- Raport dobrych praktyk

## **Kompletny zestaw materiałów marketingowych, zarówno w formie drukowanej, jak i cyfrowej:**

- Strony internetowe dostosowane do programu i zaprojektowane w technologii RWD
- Strony internetowe zintegrowane z CRM, celem zminimalizowania wysiłku po stronie użytkownika
- Strony startowe zorientowane na sprzedaż, połączone z systemem CRM
- Optymalizacja wyszukiwarek internetowych (SEO) oraz wsparcie zarządzania kampaniami AdWords
- Dostęp do plików otwartych materiałów marketingowych

## **Kontakt osobisty z naszymi franczyzobiorcami z całego świata, którzy odnoszą największe sukcesy:**

- Doroczne międzynarodowe i krajowe tygodnie coachingowe
- Seminaria rozwoju biznesu
- Networking wewnątrz organizacji
- Międzysezonowe spotkania coachingowe oraz spotkania dotyczące rozwoju biznesu

## **Inne formy wsparcia:**

- Dostawy wyposażenia i materiałów do prowadzenia zajęć
- Podstawowe wsparcie prawne i księgowość



# Jak zostać naszym franczyzobiorcą:

1. Skontaktuj się z nami.
2. W odpowiedzi, poprosimy Cię o przygotowanie informacji osobistych i statystycznych, dzięki którym będziemy mogli lepiej poznać Ciebie i Twoje środowisko.
3. Następnie chcielibyśmy Cię poznać, w rozmowie osobistej lub online.
4. Zaprosimy Cię do obejrzenia sesji na żywo w jednym z naszych obecnie funkcjonujących oddziałów.
5. W międzyczasie podpiszemy umowę o zachowaniu poufności, dzięki której będziemy mogli powiedzieć o sobie więcej.
6. Dostarczymy do wglądu część naszych materiałów szkoleniowych, w tym również wzór umowy franczyzowej.
7. W oparciu o nasze rozmowy, zaprezentujemy Tobie ofertę finansową i rozpoczniemy negocjację warunków współpracy.
8. Zakończymy nasze negocjacje i podpiszemy umowę franczyzową.
9. Otrzymasz dostęp do wszystkich narzędzi i wsparcie niezbędne do rozpoczęcia biznesu.
10. To wszystko – jesteś gotowy!





Historia Futebol de Salão sięga dziewiętnastego wieku. Sprowadzona z Anglii do São Paulo przez Charlesa Millera, gra ewoluowała i stała się fenomenem w Brazylii. Do lat 50-tych XX wieku zyskała większą popularność niż tradycyjna piłka nożna. Od tamtej pory dzieci w Brazylii rozpoczynały naukę gry w piłkę właśnie od Futebol de Salão, w którą grali również wszyscy wielcy brazylijscy piłkarze, od Pele do Ronaldinho. Uważa się, że Futebol de Salão uitorowała Brazylii drogę do historycznej dominacji tego kraju w światowym futbolu.

# NASZA HISTORIA

## Historia ICFDS - Międzynarodowego Związku Futebol de Salão

Pierwsza Brazylijska Szkołka Piłki Nożnej została otwarta w Leeds, w 1996 roku przez Simona Clifforda – byłego brytyjskiego sportowca oraz nauczyciela wychowania fizycznego. Jej sukcesy przyczyniły się do wzrostu międzynarodowej popularności Brazylijskich Szkołek Piłkarskich, które obecnie stanowią jedną z marek ICFDS - Międzynarodowego Związku Futebol de Salão.



# Historia

## Futebol de Salão

Grając w Futebol de Salão uczysz się pięknie grać w piłkę nożną.

Careca



W 1895 roku Charles Miller, pochodzący z Anglii pracownik kolei, wyjechał z Southampton do São Paulo w Brazylii. W walizce miał dwie piłki oraz książeczkę opisującą zasady gry opracowane przez Angielski Związek Piłki Nożnej (FA). Dziś Miller postrzegany jest jako ojciec brazylijskiej piłki nożnej.

Spopularyzowana przez Millera, gra stawała się coraz bardziej znana w miastach i wkrótce trudno było znaleźć miejsce pod boiska do piłki nożnej. W efekcie w latach 30-tych XX wieku, rozwinęła się mniejsza wersja gry – Futebol de Salão (dosł. "futbol na sali"), w który grano na podwórkach za pomocą piłki ręcznej.

Futebol de Salão stał się fenomenem w Brazylii i do lat 50-tych XX wieku, kiedy to jego zasady, przepisy oraz wymogi turniejowe zostały sformalizowane, był bardziej popularny niż tradycyjna piłka nożna.

Gra została ustandaryzowana i zastosowano w niej rozmiar 2 ciężkiej piłki nożnej, która miała jedynie 10% odbicia, w porównaniu do tradycyjnej, która miała 40% odbicia.

Wszystkie dzieci w Brazylii zaczynały naukę gry w piłkę właśnie od Futebol de Salão, który uprawiali również wszyscy wielcy brazylijscy piłkarze, od Pele do Ronaldinho.

W latach 80-tych XX wieku, FIFA przeprowadziła na całym świecie badania dotyczące piłki nożnej granej w mniejszych składach, jej różnych form i odmian. Zamierzeniem FIFA był rozwój innego rodzaju piłki w celach marketingowych oraz sprzedaż praw do transmisji telewizyjnych, w sposób podobny, jak w przypadku znanej nam tradycyjnej piłki nożnej.

Futebol de Salão został również wzięty pod lupę, ale odrzucony przez FIFA głównie z powodu braku możliwości uchwycenia piłki przez kamerę podczas transmisji telewizyjnych. Dodatkowo, z uwagi na cięższą piłkę, FDS musiałoby zmienić zasady gry w składach jedenastoosobowych, głównie ze względu na długie strzały z daleka, strzały z główki oraz długie podania.

FIFA zaakceptowała w końcu hiszpańską wersję gry w mniejszych składach (futsal, które to słowo oznacza dokładnie to samo co futebol de salão: halowa piłka nożna), korzystając z piłki w rozmiarze czwartym z 30% odbiciem.

Obydwie gry są różne, a Brazylijska Federacja Piłki Nożnej (CBF) była przez wiele lat przekonywana przez FIFA do wprowadzenia zmian w pierwotnej wersji gry. W końcu CBF poddała się tym naciskom, za co została sownie wynagrodzona otrzymując unikalne przywileje w porównaniu do innych organizacji tego typu, bez udziału Brazylii bowiem gra nie byłaby aż tak atrakcyjna.

Na szczęście powyższe zmiany nie miały dużego wpływu na brazylijskich graczy i Futebol de Salão przetrwał w niezmienionej formie aż do połowy lat 90-tych XX wieku.

Słyszając o zanikającej popularności gry i jednocześnie zdając sobie sprawę, jak wielki był wpływ Futebol de Salão na rozwój piłkarzy grających na najwyższym poziomie, Simon Clifford przybył do Brazylii jako pierwszy Anglik, którego intencją było zbadanie wszystkich czynników, które stały za międzynarodowym sukcesem brazylijskiej gry. Rozpoczął współpracę z graczami takimi jak: Rivelino, Zico, Careca i przede wszystkim z Juninho, który grał w drużynie Middlesbrough, oraz klubami: Flamengo, Vasco de Gama, Botafogo, Fluminense oraz São Paulo.



Micah Richards

# SUPER GWIAZDY FUTBOLU O NAS

Michael Owen, Jay Jay Okocha,  
Wayne Rooney, Jermaine Jenas,  
Theo Walcott, Micah Richards,  
Jairzinho, Romário, Ronaldo,  
Rivaldo, Ronaldinho i Robinho,  
Sócrates, Jairzinho, Careca, Pelè,  
Zico, Romário, Paulo César  
i Juninho.



Alex Oxlade Chamberlain (po prawej)



Jay Jay Okocha



John Farnworth

# Nasi Przyjaciele

Wielu piłkarzy wysokiej klasy to nasi sprzymierzeńcy, którzy uczyli się w naszych Brazylijskich Szkółkach Piłkarskich: Michael Owen, Jay Jay Okocha, Wayne Rooney, Jermaine Jenas oraz Theo Walcott. Micah Richards z Anglii był absolwentem pierwszego rocznika Brazylijskiej Szkołki Piłkarskiej w Leeds. Większość brazylijskich objawień piłkarskich, takich jak Pelé, Jairzinho, Romário, Ronaldo, Rivaldo, Ronaldinho oraz Robinho zawdzięczają Futebol de Salão odkrycie ich dziecięcego talentu i trampolinę do późniejszych sukcesów w profesjonalnej grze.

Sócrates, Jairzinho, Careca, Pelé, Zico, Romário, Paulo Cesar oraz Juninho identyfikują się z naszą misją, wspierają nasze wysiłki, polecają, reklamują i promują program Brazylijskich Szkółek Piłkarskich.

Panuje błędne przekonanie, że w Brazylii możesz wyłowić młodzieńca na plaży i od razu zrobić z niego Rivaldo, a na rogu ulicy spotkasz wcielenie Careca. Dwa powody, które kryją się za niezrównanym sukcesem Brazylii to po pierwsze wzrost ekonomiczny narodu, połączony ze zmianami dotyczącymi klimatu i stylu życia, który pozwala Brazylijczykom grać

cały dzień, codziennie i przez cały rok. Jednakże głównym czynnikiem jest fenomen gry małą piłką Futebol de Salão, z której korzystają Brazylijskie Szkołki Piłki Nożnej, rozwijając mistrzostwo kontroli nad piłką oraz biegłości technicznej.

Poświęcenie jest niezbędne przy zdolnościach i sukcesie gracza, a błędne założenie, że mieszkańcy Ameryki Południowej mają wrodzony talent jest stereotypem. Brazylijski system trenowania młodzieżowy jest najwyraźniej bardziej wymagający i profesjonalny, niż europejski.

Mamy nadzieję, że dzięki globalnemu zasięgowi ICFDS i naszej wspólnej pracy nad popularyzowaniem Futebol de Salão, będziemy mogli zbudować nowe pokolenie własnych, niezwykle utalentowanych graczy.

Czekamy na Ciebie!

Polish Confederation of Futebol de Salão

Jednym z projektów, który sprawił mi najwięcej radości był udział w produkcji mojego własnego serialu telewizyjnego dotyczącego zdobywania umiejętności - to była moja pierwsza okazja nauczania małych dzieci. To była niesamowita grupa małych chłopców i dziewczynek, którzy już rozwinięli swoje talenty w ramach Brazylijskich Szkółek Piłkarskich w Leeds. Pokazali mi nawet jeden trik, którego wciąż próbuję się nauczyć. Nie będę zaskoczony, jeśli kiedyś spotkam któreś z nich grające w pierwszej lidze.

Michael Owen



PRZYŁĄCZ SIĘ  
DO NAS  
I ZACZNIJ  
ZARABIAĆ  
ROBIĄC TO,  
CO LUBISZ!

**Dorota Uciechowska**  
Master Franchisor  
+48 504 100 502  
dorota.uciechowska@socatots.pl



[www.fb.com/przyjaciele.socatots](http://www.fb.com/przyjaciele.socatots)



[fb.com/BSSPolska](http://fb.com/BSSPolska)



[www.youtube.com/SocatotsPL](http://www.youtube.com/SocatotsPL)



[www.youtube.com/BSSwPolsce](http://www.youtube.com/BSSwPolsce)



[pl.icfds.com](http://pl.icfds.com)

SOCATOTS POLSKA SP. Z O.O.

al. Wojska Polskiego 184 b  
71-256 Szczecin

REGON: 141248699

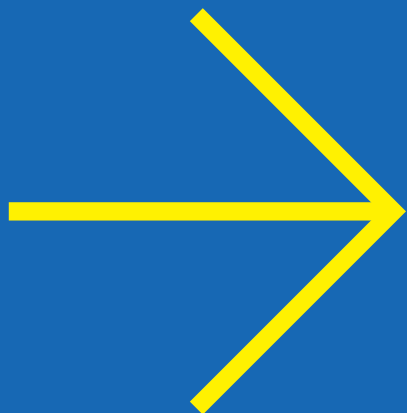
KRS: 0000276457

NIP: 701-013-11-15

tel. [91] 350 95 62  
fax: [91] 350 95 61

# Notatki

A series of ten horizontal dotted lines for writing notes.



[pl.icfds.com](http://pl.icfds.com)