

CV Fussball, Ausbildung und Kurse / Weiterbildung

Hakki Dylan Gürok, 29.11.1969

Datum	bis	Wo	Was	Instruktoren, SFV, BASPO, kantonales Amt für Sport
30.03.2001	31.03.2001	Greifensee ZH	KIFU	Hans Wolfer / Hans-Jürg Weibel
17.05.2001	17.05.2001	Wangen, Dübendorf ZH	LK1	Boro Kusmanovic / Walter Grüter
12.12.2002	12.12.2002	Zürich ZH	J+S Coach Grundausbildung	Maurice Besson
16.04.2003	16.04.2003	Rapperswil SG	WBK modernes ST Training	Markus Frei / Werner Birchmeier / Hanspeter Bamert
11.08.2003	11.08.2003	Männedorf ZH	WBK defensives Verhalten, VAK	Hanspeter Bamert
27.10.2003	27.10.2003	Männedorf ZH	WBK Coaching Punkte	Hanspeter Bamert
10.11.2003	10.11.2003	Rapperswil SG	Koordinatsschulung C Promo.	Hakki Dylan Gürok / Michael Raude
10.11.2003	10.11.2003	Rapperswil SG	Koordinatsschulung D Promo.	Hakki Dylan Gürok / Michael Raude
14.11.2003	15.11.2003	Filzbach GL	J+S Coach FK1	Maurice Besson / Lukas Zahner
17.11.2003	17.11.2003	Rapperswil SG	Koordinatsschulung C Promo.	Hakki Dylan Gürok / Michael Raude
21.11.2003	21.11.2003	Rapperswil SG	Koordinatsschulung B Meister	Hakki Dylan Gürok / Michael Raude
01.12.2003	01.12.2003	Männedorf ZH	WBK Krafttraining für Junioren	Hanspeter Bamert / Dylan Hakki Gürok
12.12.2003	12.12.2003	Rapperswil SG	Koordinatsschulung A Meister	Hakki Dylan Gürok / Michael Raude
30.01.2004	30.01.2004	Rapperswil SG	Koordinatsschulung 2. LigaInter	Hakki Dylan Gürok / Michael Raude
02.02.2004	02.02.2004	Männedorf ZH	WBK intermentierendes Training	Hanspeter Bamert / Javier Sanchez
06.02.2004	06.02.2004	Rapperswil SG	Koordinatsschulung 2. Liga	Hakki Dylan Gürok / Michael Raude
25.02.2004	25.02.2004	Wallisellen ZH	WBK Sportmedizin	Dr. med. Urs Frölicher SGS, Verband: FVRZ
31.03.2004	31.03.2004	Rapperswil SG	Koordinatsschulung A Meister	Hakki Dylan Gürok / Michael Raude
06.04.2004	06.04.2004	Männedorf ZH	WBK menatle Faktoren Coaching	Hanspeter Bamert
13.04.2004	13.04.2004	Basel BS	Koordinatsschulung U15	Hakki Dylan Gürok / Boris Zimmermann / Ruedi Nägeli
14.04.2004	14.04.2004	Basel BS	Koordinatsschulung U15	Hakki Dylan Gürok / Boris Zimmermann / Ruedi Nägeli
16.04.2004	16.04.2004	Basel BS	Koordinatsschulung U15	Hakki Dylan Gürok / Boris Zimmermann / Ruedi Nägeli
24.04.2004	24.04.2004	Tübach SG	Vorkurs LK1	Kurt Schadeegg / Jost Leuzinger
03.05.2004	07.05.2004	Widnau SG	Leiter 1, Diplom	Jost Leuzinger / Kurt Schadeegg / Yannik Schwéry / Peter Jud / Ernst Hasler / Roger Zürcher
15.05.2004	15.05.2004	Wangen, Dübendorf ZH	WBK Lauf- und Koordinatsschulung 3	Walter Grüter / Roman Hangarter
12.06.2004	12.06.2004	Wallisellen ZH	J+S Coach FK2	Maurice Besson / Lukas Zahner
19.07.2004	01.08.2004	Basel BS	Koordinatsschulung / Rumpf	Hakki Dylan Gürok / Boris Zimmermann
03.08.2004	08.08.2004	Rapperswil SG	Koordinatsschulung / Rumpf	Hakki Dylan Gürok / Robert Rickli
06.09.2004	07.09.2004	BASPO/ESSM Magglingen	Sportwissenschaft zum Thema Kraft	Swiss Olympic Association Jörg Fuchslocher
25.09.2004	25.09.2004	Basel BS	WBK Koordination und Kraft / Rumpf	Hakki Dylan Gürok
24.11.2004	24.11.2004	Rapperswil SG	WBK Aggressivität im Fussball	Hanspeter Bamert
05.03.2005	05.03.2005	Flums SG	J+S Coach FK3	Jost Leuzinger
10.05.2005	11.05.2005	BASPO/ESSM Magglingen	Fachgruppe Ausdauer, Spitzensport	Swiss Olympic Association / Jörg Fuchslocher
22.05.2005	22.05.2005	CST Tenero	Nachwuchsleistungssport Kraft	Swiss Olympic Association / Jean-Pierre Egger, Jörg Fuchslocher
01.06.2005	01.06.2005	Schaan FL	Leiter 2, Diplom / Grundlagen	Jost Leuzinger / Kurt Schadeegg
04.07.2005	08.07.2005	Chur GR	SSVS Technischer Leiter	René Fiechter
08.08.2005	12.08.2005	Flums SG	SSVS Technischer Leiter	René Fiechter
05.09.2005	09.09.2005	Widnau SG	Leiter 2, Diplom / 4:4-11:11	Jost Leuzinger / Kurt Schadeegg
05.10.2005	05.10.2005	Widnau SG	Leiter 2, Diplom / Prüfung	Jost Leuzinger / Kurt Schadeegg
10.04.2006	10.04.2006	GC Campus	WBK U16-U19 / Tonisierung vor Spieltag	SFV Nati Trainer Martin Trümpler / Claude Ryf
13.06.2006	14.06.2006	BASPO/ESSM Magglingen	Fachgruppe Ausdauer, Spitzensport	Swiss Olympic Association / Michael Vogt
17.11.2006	17.11.2006	SFV Emmen	3 Module Diplom B Plus	SFV / Markus Kälin / Pascal Humbel / Heinz Moser
24.09.2007	25.09.2007	BASPO/ESSM Magglingen	Fachgruppe Sportpsychologie, Spitzensport	Swiss Olympic Association / Adrian Bürgi / Fabian Lüthi
10.12.2008	11.12.2008	BASPO/ESSM Magglingen	Fachgruppe Kondition, Spitzensport	Swiss Olympic Association / Leo Held / Markus Tschopp
02.07.2009	04.07.2009	IFOMEC / Basel	Int. Football Medicine Congress	Soccer Test Center Rennbahn / Fussballanalysen / Gürok und Kälin

Trainertätigkeit

Saison	1999/00	FC Zürich	REHA und Kondition, U16,18,21	Trainer, S. Mitric U16, E. Rutschmann U18, KH. Born U21
Saison	2000/01	FC Red Star	REHA und Kondition 1.Liga	Trainer, Jürgen Seeberger
Saison	2000/01	FC Luzern	REHA und Kondition U16/18	Trainer, Beat Hubeli, Roberto Böckli
Saison	2001/02	FC Rapperswil Jona	Trainer 2. Liga	TL, Michael Raude
Saison	2002/03	FC Rapperswil Jona	Kondition und Koordinations TR, U15	Trainer U15, Robert Rickli
Saison	2003/04	FC Rapperswil Jona	Kondition und Koordinations TR, U15	Trainer U15, Robert Rickli
Saison	2004/05	FC Concordia Basel	Assistenz Trainer U15	Tainer U15, Boris Zimmermann
Saison	2004/05	FC Concordia Basel	Koordinations TR Challenge League	Trainer, Marcel Hottiger
Saison	2005/06	FC Baden	Assistenz Trainer U16	Trainer U16, Boris Zimmermann / Testing 1.M.
Saison	2005/06	FC Baden	Koordinations TR U13 - U15	Vizepräsident, Siegbert Jäckle / Testing 1.M.
Saison	2006/07	FC Wohlen	Technischer Leiter NW	Juniorenpräsident, Andy Corsten / Beat Waser
Seit	2006	TR Di und Mi, Do	Sportlehrlingsbetreuung	dhg Haus, Schlieren / Tagesstruktur
Seit	2007	Verband SFV /AFV	Technische Abteilung	Regional Auswahlen / Trainer / med. Betreuung
Saison	2007/08	FC Wohlen	Assistenz TR Challenge League	Trainer: René Van Eck
Saison	2008/09	SC Kriens	AT U16	André (Bigi) Meier / Testing 1.M.
Seit	2008	FC Meisterschwanden	Technischer Leiter / Trainer	Ferdi Mezzera / Seetal Selection

Ausbildung

Schule	1977 - 1988	St. Gallen und Winterthur		
Bildung	1988 - 1995	Diverse Universitäten	Autodidaktisches Studium der Medizin	Damit kein Missverständnis entsteht: Ich bin nicht Arzt.
Ausland	1995 - 1999	USA, DE, TR	Praktikum / mit CH Aufenthalte	Kenntnisse der Sportmedizin, Biomechanik und Leistungsdiagnostik
Rennbahn	Seit 2006	Praxisklinik Rennbahn, Muttenz		Leitung Soccer Test Center / REHA- und Kondition / Athletenbetreuung