

Trainingsschwerpunkte und -übungen können sich verschieben!

Schwerp./ Tag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		Vormittag	Vormittag	Vormittag	Vormittag	Vormittag
Te		Nationalteamüb.	Finten-Drei-/Viereck	Ball-Koord.-Lauf		
1:1 bis 2:2		expl. Ballmitnahme in Spielrichtung 1:1	2:2 nach Aufbau v. Tor	1:1 auf zwei kleine Tore	1:1 mit seidl. Gegner	Kopfballmatch 2:2
Torschuss		2:2 auf Tor mit TM und Spielaufbau	Zuspiel in der Raute	Sparta Prag-Übung / 2:1 und 3:2	Torschuss nach Finte und Dribbling	„Sturm“-Übung
Spiel		Torschuss von 2 Seiten	Spiel 1:0 bis 4:4	2:2 mit Wechsel zu Außenspielern	2:2 mit 2 Wandsp. auf 2 Tore mit TM	2:2 mit 4 Wandsp. auf 4 Kleintore
sonstiges		1:0 bis 4:4	Zuspiel nach Slalom	Umschaltspiel 5:3	Hösche 2:2:(:2)	Flag-Football
		Nachmittag	Nachmittag	Nachmittag	Nachmittag	Nachmittag
Te	Ballgefühl, Finten	Cruyff		Schuss-Technik		
1:1 bis 2:2	1:1 mit Außensp. 2:2 (Auswahl)	1:1 mit front. Gegner				Training
Torschuss	Ballslalom+Zusp. Finte im Torschuss	Te-Wettbewerb	Erlaufsee oder Bürgeralpe	Spielzug in Spielform	Bürgeralpe oder Erlaufsee	nach den Wünschen
Spiel	Freies Spiel	Freies Spiel		Handball mit Kopf-toren		der Kinder
sonstiges	Taktik-Seminar (1), interaktiv	Ball-Koo. mit 2 Bällen, Stabilisation	Taktik-Seminar (2), interaktiv	Baseball	Taktik-Seminar (3), interaktiv	Abschlussabend, evtl. Lagerfeuer