

Valgfag Fodbold

Plan 2. halvår skoleår 2019-20

Dato	Uge	Tidspunkt	Fagområde	Fagaktivitet	Sted
15/01	3	14.00-16.00	Teknisk	Boldkontrol / Koordinationstræning	Brønderslev hallen
Heldag 23/1	4	08.00-16.00	Teknisk	Futsal / Brønderslev Hallen 20 elever	Brønderslev hallen
			Teknisk	Styrke / Brønderslev Hallen "Core træning"	
			Teknisk	Anaerob / Omstilling	
29/01	5	14.00-16.00	Teknisk	Dribbling	BI-Center
26/02	9	14.00-16.00	Teknisk	Sparkeformer	BI-Center
04/03	10	14.00-16.00	Teknisk	Finter / vendinger / 1V1	BI-Center
11/03	11	14.00-16.00	Teknisk	Pasninger / Afslutninger / 2V2	BI-Center
18/03	12	14.00-16.00	Fysisk / Taktisk	Anaerob træning / Omstillingsspil	BI-Center
Heldag 31/3	14	08.00-16.00	Taktisk	Forsvars / erobringsspil / 3V3	BI-Center
			Taktisk	Kompetitiv / momentumtræning	
			Taktisk	Konkurrencestrategier / 4V4, 5V5	
15/04	16	14.00-16.00	Fysisk / Taktisk	Aerob træning / Afslutningstræning	BI-Center

Kontaktlærer Fodbold:

Bruno Hansen

Mobil: 20 70 65 55

Mail: bruno@hougaardhansen.dk