

## Valgfag Fodbold

### Plan 1. halvår skoleår 2019-20

Dato	Uge	Tidspunkt	Fagområde	Fagaktivitet	Sted
14/08	33	14.00-16.00	Intro - Tek.	Boldkontrol / Koordinationstræning	BI-Center
21/08	34	14.00-16.00	Teknisk	Dribling	BI-Center
28/08	35	14.00-16.00	Teknisk	Sparkeformer	
04/09	36	14.00-16.00	Teknisk	Finter / vendinger / 1V1	
Heldag 17/09	38	08.00-16.00	Taktisk	Forsvars / erobringsspil / 3V3	BI-Center
			Taktisk	Kompetitiv / momentumtræning	
			Taktisk	Konkurrencestrategier / 4V4, 5V5	
25/09	39	14.00-16.00	Teknisk	Pasninger / Afslutninger / 2V2	BI-Center
Heldag 06/11	45	08.00-16.00	Futsal	Futsal / Brønderslev Hallen 20 elever	Brønderslev hallen
			Styrke	Styrke / Brønderslev Hallen "Core træning"	
			Kursus	Kampleder	
20/11	47	14.00-16.00	Fysisk / Taktisk	Anaerob træning / Omstillingsspil	BI-Center
27/11	48	14.00-16.00	Fysisk / Taktisk	Aerob træning / Afslutningstræning	BI-Center