

CAMPABLAUF

ABLAUFPLAN/Programm

Torwartcamp

Montag Schwerpunkt Reflexe	Dienstag Schwerpunkt Sprungkraft & TW-Passspiel	Mittwoch Schwerpunkt Strafraumbeherrschung	Donnerstag Schwerpunkt Fußballtest & TW-Abstöße und Abwürfe	Freitag Schwerpunkt Standards
09:00 – 09:30 Uhr Begrüßung & Camperöffnung	09:00 – 09:15 Uhr Begrüßung im Heldenkreis & Einteilung in Gruppen	09:00 – 09:15 Uhr Begrüßung im Heldenkreis	09:00 – 09:15 Uhr Begrüßung im Heldenkreis	09:00 – 09:15 Uhr Begrüßung im Heldenkreis
09:30 – 10:00 Spielerisches Aufwärmen	09:15 – 10:00 Uhr Spielerisches Aufwärmen	09:15 – 10:00 Uhr Spielerisches Aufwärmen	09:15 – 10:00 Uhr Spielerisches Aufwärmen	09:15 – 10:00 Uhr Spielerisches Aufwärmen
10:00 – 12:00 Uhr 1. Trainingseinheit	10:00 – 12:00 Uhr 1. Trainingseinheit	10:00 – 12:00 Uhr 1. Trainingseinheit	10:00 – 12:00 Uhr Fußballtest	10:00 – 12:00 Uhr 1. Trainingseinheit 11m Schießen & Freistöße
12:00 – 13:00 Uhr Mittagessen	12:00 – 13:00 Uhr Mittagessen	12:00 – 13:00 Uhr Mittagessen	12:00 – 13:00 Uhr Mittagessen	12:00 – 13:00 Uhr Mittagessen
13:00 – 14:00 Uhr Lattenschießen & weitere Mini Chalanges	13:00 – 14:00 Uhr Fußballquiz & Gesellschaftsspiele	13:00 – 14:00 Uhr Fußballquiz & Gesellschaftsspiele	13:00 – 14:00 Uhr Entspannungsspiele	13:00 – 14:00 Uhr Fußballquiz & Gesellschaftsspiele
14:00 – 16:00 Uhr 2. Trainingseinheit	14:00 – 16:00 Uhr 2.Trainingseinheit	14:00 – 16:00 Uhr 2.Trainingseinheit	14:00 – 16:00 Trainingseinheit	14:00 – 15:45 Uhr 2.Trainingseinheit Hohe Bälle
16:00 Uhr Ende des 1.Camptags	16:00 Uhr Ende des 2.Camptags	16:00 Uhr Ende des 3.Camptags	16:00 Uhr Ende des 4.Camptags	15:45 – 16:00 Uhr Verabschiedung im Heldenkreis

*Zwischen den Trainingseinheiten werden Trink- und Erholungspausen eingelegt