

Program B1 – 1. del

Klokkeslæt:	1. dag	Klokkeslæt:	2. dag
08.00 - 09.00	Intro/Velkomst Hvad er fodbold på B1?	08.00 - 10.00	Fodboldledelse Trænerroller
09.00 - 12.00	Fodboldfysiologi Opvarmning Fodbold Indersidespark	10.00 - 12.00	Fodbold Målmand
12.00 - 13.00	Frokost	12.00 - 13.00	Frokost
13.00 - 15.00	Fodbold Halvtliggende vristspark	13.00 - 15.00	Fodbold 1. berøringer
15.00 - 16.00	Fodboldmetode Træning i tekniske færdigheder	15.00 - 17.00	Fodbold Driblinger/finter
16.00 - 18.00	Fodbold Ydersidespark Ydersidepasninger Lodret vristspark	17.00 - 18.00	Afrunding Refleksion Oplæg til hjemmeopgave

Pauser indlægges løbende.

- De grønne moduler er praktikmoduler og foregår på træningsbanen
- De grå moduler er teorimoduler

Program B1 – 2. del

Klokkeslæt:	1. dag	Klokkeslæt:	2. dag
08.00 - 10.00	Velkommen tilbage Fodboldfysiologi FIFA 11	08.00 - 10.00	Fodbold Overlap
10.00 - 12.00	Fodbold Afslutninger	10.00 - 12.00	Fodboldmetode Øvelsesgenerator og aktivitetsbold Forberedelse af træning
12.00 - 13.00	Frokost	12.00 - 13.00	Frokost
13.00 - 15.00	Fodboldfysiologi Børn og unges udvikling	13.00 - 15.00	Fodbold Bandespil
15.00 - 17.00	Fodbold Pasningsspil	15.00 - 17.00	Fodbold Boldovertagelse Spil på 3. mand
17.00 - 18.00	Fodboldledelse Kend dig selv!	17.00 - 18.00	Afslutning Refleksion Evaluering Beviser

Pauser indlægges løbende.

- De grønne moduler er praktikmoduler og foregår på træningsbanen
- De grå moduler er teorimoduler