



Planung einer Trainingslektion – J+S / SFV



Datum: ____/____/____ Team/Stufe: _____ Trainer: _____/_____

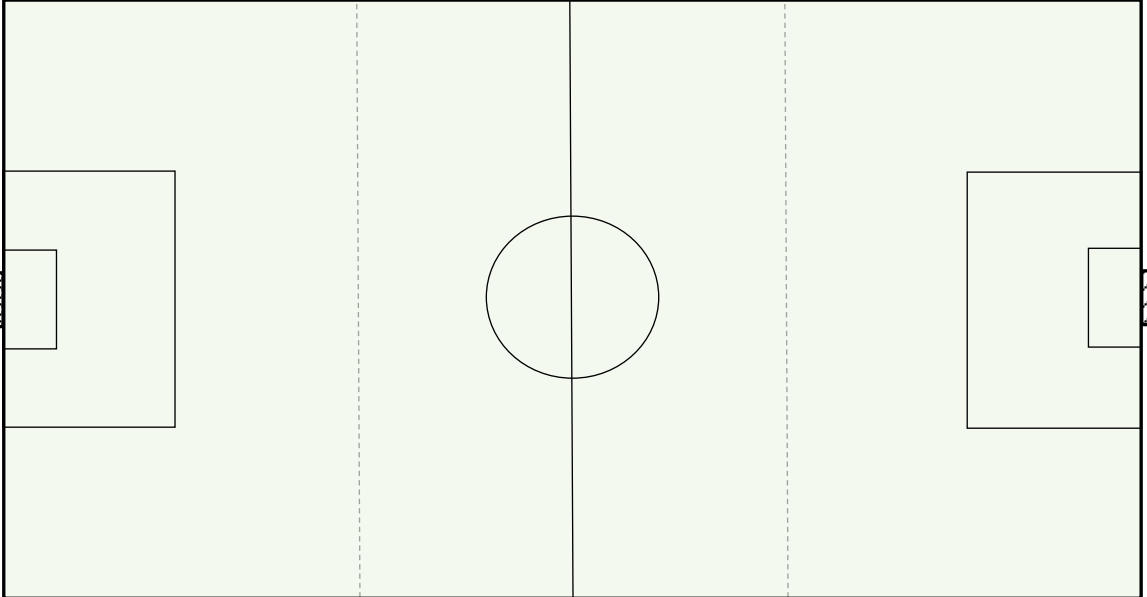
X = Spieler O = Gegner —————> = Pass - - - - -> = Laufweg Spieler ~~~~~> = Laufweg Spieler mit Ball <~~~~~> = langer Ball/Flanke ● = Ball

Thema: _____

Lernziele: _____

☐ Wir haben den Ball ☐ Wir erobern den Ball ☐ Wir haben den Ball nicht ☐ Wir verlieren den Ball ☐ _____

☐ Einlaufen/Einstimmen ☐ G1 ☐ A ☐ G2 ☐ Variation ☐ Freies Spiel ☐ Ausklang	Dauer Total: _____ Min.	
Beschreibung Inhalt/Organisation	Skizze	Coachingpunkte
	Zone 1 Zone 2 Zone 3	

☐ Einlaufen/Einstimmen ☐ G1 ☐ A ☐ G2 ☐ Variation ☐ Freies Spiel ☐ Ausklang			Dauer Total: _____ Min.
Beschreibung Inhalt/Organisation	Skizze		Coachingpunkte
	Zone 1 Zone 2 Zone 3 		

☐ Einlaufen/Einstimmen ☐ G1 ☐ A ☐ G2 ☐ Variation ☐ Freies Spiel ☐ Ausklang			Dauer Total: _____ Min.
Beschreibung Inhalt/Organisation	Skizze		Coachingpunkte
	Zone 1 Zone 2 Zone 3 