



## **ŘÍJEN – ŠKOLNÍ PRÁZDNINY 3 DNY ŠPANĚLSKÝ FOTBALOVÝ KEMP 2024 SE ZAHRANIČNÍMI PRO TRENÉRY PRO 6-17 LETÉ**

### **PŘÍMĚSTSKÝ S MOŽNOSTÍ 2 SVAČIN OVOCEM**

Trénink dle PFA METODIKY se španělskými trenéry- VYUŽITÍ video techniky,  
HŘIŠTĚ PŘÍRODNÍ TRÁVA ČI UMT ( umělá tráva dle počasí a podmínek)

#### **1. DEN / PONDĚLÍ**

##### **9.15 h sraz pro příměstské**

vysvětlení dopoledního programu

**9.30 – 10.30 h WARMUP TRÉNINK, DRIL ZPRACOVÁNÍ MÍČE A PŘIHRÁVKA-  
ZPRACOVÁNÍ RONDO- POZIČNÍ HRY**

- svačina ovoce

**11 – 12 h KOMBINAČNÍ CVIČENÍ, NÁCVIK HRY NAVAZUJÍCÍ NA PŘIHRÁVKU  
A ZPRACOVÁNÍ**

- svačina ovoce

**12.30 – 13.30 h HRA navazující na předchozí téma**

rozloučení s příměstskými

#### **2. DEN / ÚTERÝ**

##### **9.15 h sraz pro příměstské**

vysvětlení dopoledního programu

**9.30 – 10.30 h WARMUP TRÉNINK, DRIL OBCHÁZENÍ HRÁČE A VEDENÍ MÍČE**

- svačina ovoce

**11 – 12 h KOMBINAČNÍ CVIČENÍ, NÁCVIK HRY NAVAZUJÍCÍ PRVNÍ  
TRÉNINKY + POZIČNÍ HRA RONDO - POZIČNÍ HRY**

- svačina ovoce

**12.30 – 13.30 h HRA navazující na předchozí téma**

rozloučení s příměstskými

### **3. DEN / STŘEDA**

**9.15 h sraz pro příměstské**

vysvětlení dopoledního programu

**9.30 – 10.30 h WARMUP TRÉNINK, DRIL STŘELBA**

- svačina ovoce

**11 – 12 h KOMBINAČNÍ CVIČENÍ, NÁCVIK HRY NAVAZUJÍCÍ PRVNÍ TRÉNINKY + POZIČNÍ HRA SE STŘELBOU A ZAKONČENÍM + RONDO SE ZAKONČENÍM - POZIČNÍ HRY**

- svačina ovoce

**12.30 – 13.30 h HRA navazující na předchozí téma**

rozloučení s příměstskými

**KAŽDÝ HRÁČ AŽ MÁ SVŮJ MÍČ A LÁHEV S VODOU**

**svačiny ovocem lze objednat**

**PFA si vyhrazuje možnost změny programu**



**PFA si vyhrazuje možnost změny programu**