



Verein: Demo Verein 2012/2013

Team: SV Real Madrid

Trainer: Support Easy2Coach, Support Easy2Coach, Jörg Spieler, Tom Jackson, Info CC, Trainer Rotsünder, Trainer123
TeamBarca, easy2coach2 interactive, Jörg Pollmeier, Sales easy2coach, Thomas Dooley, Jörg Pollmeier

Trainingstag: Sonntag, 25.10.2015

Treff: **Ort:** **Art:** Normal
Start: 18:00 **Teil 1:** Belastung: 66 mins - Dauer: 66 mins **Intensität:** 50%
Ende: 20:00 **Gesamt:** 66 min

#	Spieler	A	N	#	Spieler	A	N	#	Spieler	A	N
1	Allen, Paulter.	X		11	Wright, Oliver.	X		21	NFan, VFan.	X	
2	Müller, David.	X		12	White, William.	X		22	Deßter, Charlés.	X	
3	Davis, Christian.	X		13	Thompson, Robert.	X					
4	McKaully, John.	X		14	Stevens, Jeff.	X					
5	Reek, John.	X		15	Pollmeier, Joerg.	X					
6	Miller, Robert.	X		16	Easy2coach, Vertrieb.	X					
7	Moore, Ruben.	X		17	Stevens, Jeff.	X					
8	Meyer, David.	X		18	Former, Michael.	X					
9	Barrera, Carlos.	X		19	Coneh, Masamar.	X					
10	Moore, Steven.	X		20	Stevens, Jeff.	X					

#	Übung	Trainingsaufbau	Trainingszweck	Spieler	Dauer
1.1	Dribbel-Pilz	Hauptteil/Schwerpunkt	Ballkontrolle, Beweglichkeit, Dribbling, Torschuss	6 - 10 Spieler	15 min
1.2	1Kombination mit Hinterlaufen und Flanke zum Torabschluss	Hauptteil/Schwerpunkt			5 min
1.3	Antrittsschnelligkeit I	Hauptteil/Schwerpunkt	Ballannahme und –mitnahme		10 min
1.4	Spielform Spielverlagerung im Angriff-Verteidigen	Hauptteil/Schwerpunkt			35 min
1.5	Standard Eckball_Angriff	Einstimmen/Aufwärmen	Abwehr-/Angriffsverhalten, Eckball, Standardsituationen		1 min

Gesamt: 66 min