



Club: Demo Verein 2012/2013

Equipe: SV Real Madrid

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

Jour d'entraînement: Mardi, 26.08.2014

Réunion: **Lieu:**
Début: 15:00 **Type:** Normal
Fin: 17:00 **Partie 1:** Effort: 40 mins - Durée: 40 mins
Intensité: 50% **Total:** 40min

Notes personnelles:

#	Position	Joueurs	Téléphone portable	P	Excuse	Note
1	Gardien	Müller, David		X	-	
2	Defenseur	Lee, Daniel		X(r)	-	
3		McKaully, John		X	-	
4	Milieu de terrain	Miller, Robert	0177/22356	X	-	
5		Moore, Ruben	0178/225698	X	-	
6		Meyer, David		X	-	
7	Attaquant	Wright, Oliver	0174/66525	X	-	
8		White, William	0172/2222212	X	-	
9	Aucune position	Pollmeier, Joerg		X	-	
10	Absent	Allen, Paulter	0177/1112254	E	Excusé	
11		Davis, Christian		E	Excusé	
12		Easy2coach, Vertrieb		E	Excusé	
13		Barrera, Carlos		E	Excusé	
14		easy2coach, Sales		E	Excusé	
15		Former, Michael		E	Excusé	
16		Coneh, Masamar		E	Excusé	
17		Moore, Steven		E	Excusé	
18		Thompson, Robert		E	Excusé	
19		Stevens, Jeff		E	Excusé	
20		NFan, VFan		E	Excusé	
21		Reek, John		E	Excusé	
22		Deßter, Charlés		E	Excusé	

P = Liste de présences, X = présent, X(r) = présent (avec retard), E = excusé, B = blessé, Case vide = non excusé absent



Club: Demo Verein 2012/2013

Equipe: SV Real Madrid

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

Jour d'entraînement: Mardi, 26.08.2014

#	Attacher des fichiers	Structure d'entraînement	Objectif d'entraînement	Joueurs	Durée
1.1	Une-deux avec tir au but	Partie principale/Focus	Vitesse d'anticipation, Vitesse d'exécution, Vitesse de réaction	13 joueurs et plus 1 gardien 2 gardiens.	20 min
1.2	Exercice de conduite	Partie principale/Focus			20 min
				Total: 40 min	



Club: Demo Verein 2012/2013

Equipe: SV Real Madrid

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

Jour d'entraînement: Mardi, 26.08.2014

Réunion:	Exercice: 1 / 2	Durée: 20min	Notes personnelles:
Début: 15:00	Intensité: 50%	Parties: 1	
Fin: 17:00	Type: Normal	Récupération: 0min	
Lieu:		Effort: 20min	

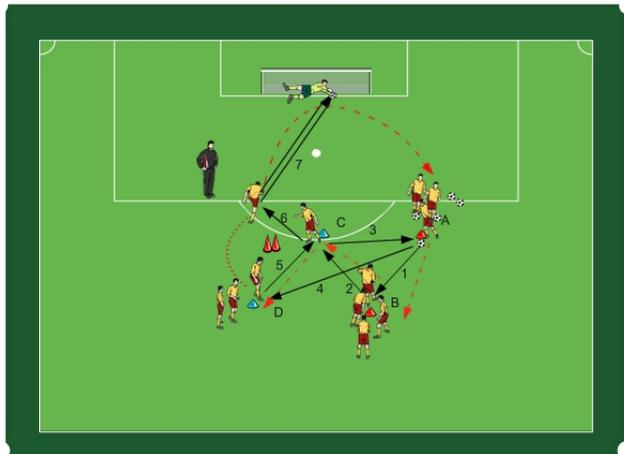
Nouvelles parties d'entraînement (Groupe 1)

Attacher des fichiers 1.1: Une-deux avec tir au but

Structure d'entraînement	Objectif d'entraînement	Joueurs	Durée
Partie principale/Focus	Vitesse d'anticipation, Vitesse d'exécution, Vitesse de réaction	13 joueurs et plus 1 gardien 2 gardiens.	20 min

Joueurs:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40



Organisation:

Sur la ligne du demi cercle de la surface, placé une assiette bleue à hauteur du point de penalty (C) avec 1 joueur.

Face au but, à droite placer deux cônes, à trois mètres du bleu.

1 assiette rouge à 5 mètre à droite (A) 6 ou 7 joueurs .

Puis une autre rouge 5 mètre de la bleue (B) 3 joueurs.

Puis une autre à huit mètre (D) 3 joueurs.

Déroulement:

1- A passe à B.

2- B passe à C. et se replace à C.

3- A passe à D et A va à B.

4- D passe à C et s'élance vers le but en contournant les cônes, B va vers C.

5- C passe à D qui récupère le ballon puis tir au but. (D récupère le ballon et va en A).

Variante:

Augmenter la distance des passes, et remplacer les cônes par un joueur.

Notes:

Matériel:

1x but, un jeu de 6 assiettes, 2 cônes.

Coaching:

Veiller à la rapidité de l'exécution et surtout à C qui effectue 2 une-deux. Il doit être dans le bon tempo, et D aussi.

Dimensions du terrain:

Améliorer entraînement, match et organisation:

www.easy2coach.net

Der Profi-Shop für den modernen Trainer:

www.Teamsportbedarf.de



Club: Demo Verein 2012/2013

Equipe: SV Real Madrid

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

Jour d'entraînement: Mardi, 26.08.2014

1/2 terrain



Club: Demo Verein 2012/2013

Equipe: SV Real Madrid

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

Jour d'entraînement: Mardi, 26.08.2014

Réunion:	Exercice: 2 / 2	Durée: 20min	Notes personnelles:
Début: 15:00	Intensité: 50%	Parties: 1	
Fin: 17:00	Type: Normal	Récupération: 0min	
Lieu:		Effort: 20min	

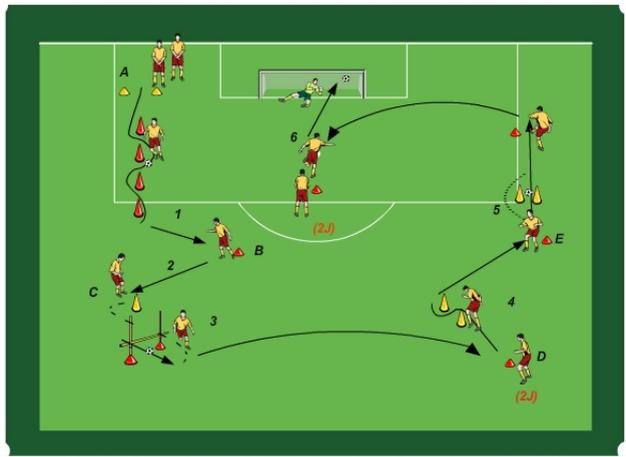
Nouvelles parties d'entraînement (Groupe 1)

Attacher des fichiers 1.2: Exercice de conduite

Structure d'entraînement	Objectif d'entraînement	Joueurs	Durée
Partie principale/Focus			20 min

Joueurs:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40



Organisation:

Matériels: 1 but, ballons, 9 cônes, 10 assiettes, 1 haie (barre et plots).

Positionner 1 joueur à B, 1 à C, 2 à D, 1 à E, 2 à F et le reste à A.

Déroulement:

- 1- A part balle au pied et dribble les cônes pied gauche et droit puis passe à B.
 - 2- B contrôle pied dr. et passe pied g. à c.
 - 3- C contrôle pied gauche puis passe le ballon sous la haie, contourne et récupère puis envoi à D.
 - 4- D contrôle et dribble les 2 cônes puis donne à E.
 - 5- E contrôle puis passe le ballon entre les cônes, les contourne puis sprint avec le ballon et fait un centre.
 - 6- F se met en appui et prépare sa frappe pour tirer au but, il reprend son ballon et va à A.
- Et ainsi de suite.

Notes:

Coaching: Veiller à la bonne exécution des contrôles et de la conduites des deux pieds, des contrôles et des passes.
Encourager les joueurs à aller plus vite une fois les gestes enregistré.

Dimensions du terrain:

1/2 Terrain.