

ONLINE TRAINING

THÜRINGER FUSSBALL-VERBAND



Landesauswahl weiblich

U12 / U14 / U16 / U19



U12: 15.01. / 29.01.2021
U14/U16: 14.01. / 21.01. / 28.01.2021
U19: 12./14./19./21./26./28.01.2021



Ballgewöhnung, Koordination, Kognition, Stabilisation, HIIT-Cardio, Yoga, Prävention, Langhanteltechnik



Plattform (Online Training): BlueJeans



Anne Günther / Janne Mlinarsky / Christoph Schliewe / Christian Kucharz

ONLINE TRAINING

THÜRINGER FUSSBALL-VERBAND



Hausaufgabe Koordination Teil 2

29.01.2021

Online Training 3

Hausaufgabe Koordination Teil 1

21.01.2021

Ballbehandlung, Koordination und Athletik

Online Training 2

Ballbehandlung, Koordination und Athletik

Hausaufgabe Ballbehandlung

14.01.2021

Online Training 1

Ballbehandlung und Koordination



Auftakt:
07.01.2021

Einladung:
U14-LAW