

## Planung einer Trainingseinheit

Anzahl der Spieler:

Datum:

Ziele/Schwerpunkt:

Einstimmen/Aufwärmen:

Min.

Ablauf/Organisation:

Variationen:

Technik/Koordination:

Min.

Ablauf/Organisation:

Variationen:

# Planung einer Trainingseinheit

Anzahl der Spieler:

Datum:

Ziele/Schwerpunkt:

Hauptteil:

Min.

Ablauf/Organisation:

Variationen:

Schluss teil/Abschluss spiel:

Min.

Ablauf/Organisation:

Variationen:

