

U9 - SV STOCKERAU  
Jahrestrainingsplan Frühjahr 2012

Jänner	Mo	02.Jän	Kein Training	09.Jän	Hallenspiel	16.Jän	Hallenspiel	23.Jän	Hallenspiel	30.Jän	Hallenspiel
	Mi	04.Jän	Kein Training	11.Jän	Beweglichkeit / Gewandtheit	18.Jän	Zuspiel mit Ballan- und mitnahme	25.Jän	S / Spielformen		
	Do	05.Jän	Kein Training	12.Jän	S / Sprungkraft	19.Jän	Eltern/Kinder Match	26.Jän	Geräteturnen		
Februar	Mo			06.Feb	Kein Training	13.Feb	Hallenspiel	20.Feb	Hallenspiel	27.Feb	Hallenspiel
	Mi	01.Feb	Theorieschulung	08.Feb	Kein Training	15.Feb	S / Fangspiele	22.Feb	S / Spielformen	29.Feb	Geschicklichkeitsspiele
	Do	02.Feb	Finten	09.Feb	Kein Training	16.Feb	Beweglichkeit	23.Feb	S / Sprungkraft		
März	Mo			05.Mär	Hallenspiel	12.Mär	Hallenspiel	19.Mär	S / Ballspiele	26.Mär	Sprung KOO
	Mi			07.Mär	Beweglichkeit / Gewandtheit	14.Mär	Geräteturnen	21.Mär	Finten	28.Mär	Spielformen
	Do	01.Mär	KOO mit verschiedenen Bällen	08.Mär	1 : 1	15.Mär	CYL				
	Fr							23.Mär	1 : 1	30.Mär	2 : 2
April	Mo	02.Apr	Ostercamp	09.Apr	Kein Training	16.Apr	Finten	23.Apr	Ballführen bis Gegnerkontakt	30.Apr	Lauf KOO
	Mi	04.Apr	Ostercamp	11.Apr	Spielformen	18.Apr	Finten	25.Apr	Ballführen mit Abschluß		
	Fr	06.Apr	Ostercamp	13.Apr	Standardsituationen	20.Apr	Finten	27.Apr	Zuspiel mit Ballan- und mitnahme		
Mai	Mo			07.Mai	Zuspiel mit Ballan- und mitnahme	14.Mai	Laufschule / Sprint ABC	21.Mai	3 : 3	28.Mai	Pfingstmontag - kein Training
	Mi	02.Mai	Taktik	09.Mai	Spielformen	16.Mai	Ballführen mit Abschluß	23.Mai	Schuß TE	30.Mai	Schuß TE
	Fr	04.Mai	Finten	11.Mai	1 : 1	18.Mai	2 : 2	25.Mai	KOO		
Juni	Mo			04.Jun	3 : 2	11.Jun	Zuspiel Rist TE	18.Jun	Ballführen auf engem Raum unter Zeitdruck	25.Jun	3 : 2
	Mi			06.Jun	Ballspiele mit verschiedenen Bällen	13.Jun	Zuspielarten	20.Jun	Zuspielarten	27.Jun	Spielformen
	Fr	01.Jun	Sprungkraft	08.Jun	Fallrückzieher	15.Jun	3 : 3	22.Jun	Kopfball/Flugkopfball	29.Jun	Eltern/Kinder Match
August	Mo			06.Aug	Trainingsbeginn Saison 2012/2013	13.Aug		20.Aug		27.Aug	
	Mi	01.Aug	Kein Training	08.Aug		15.Aug		22.Aug		29.Aug	
	Fr	03.Aug	Kein Training	10.Aug		17.Aug		24.Aug		31.Aug	