



5 DNÍ ŠPANĚLSKÝ FOTBALOVÝ KEMP 2024 PRO 6-17 LETÉ

PŘÍMĚSTSKÝ S MOŽNOSTÍ OBĚDA, SVAČINAMI OVOCEM, PITNÝM REŽIMEM

UMĚLÁ TRÁVA

PO 5.2. 9:30-11 h, oběd možnost oběda odpolední fáze od 13-14:30 h

ÚT 6.2. 11 - 12:30 h, oběd možnost oběda odpolední fáze od 13:30-15 h

ST 7.2. 11 - 12:30 h oběd možnost oběda odpolední fáze od 13:30-15 h

ČT 8.2. 11 - 12:30 h oběd možnost oběda odpolední fáze od 13:30-15 h

PÁ 9.2. 11 - 12:30 h oběd možnost oběda odpolední fáze od 13:30-15 h

1 DEN/ Pondělí

CELÁ skupina dopoledne max 80 hráčů

8:30 h sraz

setkání a vysvětlení PROGRAMU CELÉHO KEMPU

9:30 – 11:30 h SEZNAMOVACÍ TRÉNINK

- svačina, ovoce, pitný režim,

12 h - OBĚD

CELÁ skupina odpočinek

13:00 h setkání a vysvětlení španělského konceptu #LaPFAcademia

13:15 – 14:30 h Herní trénink, DETAIL

ovoce, pitný režim, rozloučení s příměstskými

2 DEN / Úterý – 4 DEN / Čtvrtek

10:30 h sraz pro příměstské

vysvětlení dopoledního programu, kdy budeme každý den věnovat jednomu cíli:

ZPRACOVÁNÍ MÍČE A PŘIHRÁVKA-RONDO- POZIČNÍ HRA

OBCHÁZENÍ HRÁČE A VEDENÍ MÍČE -RONDO- POZIČNÍ HRA

STŘELBA -RONDO- POZIČNÍ HRA

(obě nohy, 2 doteky)

11 h – 12:30 - Trénink dle PFA METODIKY se španělskými trenéry, svačina, ovoce, pitný režim,

12:45 h OBĚD

Odpoledne celá skupina

13:30 – 15:00 h Trénink dle PFA METODIKY se španělskými trenéry - VYUŽITÍ video techniky, měření ,ovoce, pitný režim,

rozloučení s příměstskými

5 DEN / Pátek

10:30 h sraz pro příměstské

11 h - Trénink dle PFA METODIKY se španělskými trenéry- VYUŽITÍ video techniky, svačina, ovoce, pitný režim,

12:45 h OBĚD

Odpoledne celá skupina

13:30 – 15:00 h Trénink dle PFA METODIKY se španělskými trenéry - VYUŽITÍ video techniky, měření ,ovoce, pitný režim,

15:30 rozloučení se s celým KEMPEM



PFA si vyhrazuje možnost změny programu