

1. Tag (Freitag)

Uhrzeit

15:30	Anreisen, Anmeldungen und beziehen des Jugendzentrums bzw. Hotelzimmer
16:00	Begrüßung und Einführung
16:30	Torwarttraining 1 (Technik, Fangtechnik, Falltechnik, Bewegungstechnik, Stellungsspiel)
18:00	Abendessen
19:00	Theorie - Gespräche mit Teilnehmer
20:00	Torwarttraining 2 Torwart Technik Lehrvideo
21:30	Spiel-Abend
22:00	Bettruhe

2. Tag (Samstag)

Uhrzeit

08:00	Frühstück
09:00	Theorie bzw. Video Analyse von Vorabend
10:00	Torwarttraining 3 (Technik, Fangtechnik, Falltechnik, Bewegungstechnik, Stellungsspiel)
11:00	Torwarttraining 4 (Technik, Taktik, Falltechnik- Halbhöhe Bälle, Flugparaden- Einführung)
12:15	Mittagessen /Mittagpause bis 13:30
13:30	Video Analyse - Flache + Habhöhe Bälle Lehrgang 5 (Aufgenommen im Torwarttraining 4)
14:30	Torwarttraining 6 (Technik, Taktik, Falltechnik- Hohe Bälle, Flugparaden)
16:00	Torwarttraining 7 (Flugparaden)
17:45	Abendessen
18:30	Frei (Aktives Erholen durch Hallenbad Besuch und Wasser Training) Lehrgang 8
20:00	Video Analyse - Hohe Bälle Lehrgang 9 (Aufgenommen im Torwarttraining 7)
21:30	Spiel-Abend
22:00	Bettruhe

3. Tag (Sonntag)

Uhrzeit

08:00	Frühstück
09:00	Aufräumen
09:30	Torwarttraining 10 (Angriffseröffnung)
11:00	Torwarttraining 11 (Flanken, Bewegungstechnik, Stellungsspiel)
12:00	Mittagessen
13:00	Offizielle Verabschiedung und Heimreise