



SLOVENSKÝ ZVÄZ FLORBALU

SLOVAK FLOORBALL ASSOCIATION

ČASOVÝ HARMONOGRAM - Tréner v príprave

Od	Do	Trvanie	Obsah	Miesto
09:00	09:45	45 minút	Úvod do špeciálnej časti odbornej prípravy	Učebňa
09:45	11:15	90 minút	História a pravidlá florbalu	Učebňa
11:30	12:15	45 minút	Všeobecná športová príprava mládeže vo florbale	Učebňa
12:15	13:00	45 minút	Systematika florbalu - Herné činnosti jednotlivca (hráč)	Učebňa
13:00	14:30	-	Obed	-
14:30	16:00	90 minút	Štruktúra tréningovej jednotky vo florbale	Učebňa
16:15	17:45	90 minút	Systematika florbalu - Herné činnosti jednotlivca (hráč)	Športová hala
18:00	18:45	45 minút	Modelovaná tréningová jednotka	Športová hala
18:45	19:00	-	Informácie ku záverečnej práci a ukončenie špeciálnej časti odbornej prípravy	Športová hala

Poznámka:

Na odbornú prípravu si doneste športové oblečenie, halovú obuv a florbalovú hokejku.

