

Program B1 - Første weekend

| Klokkeslæt: | 1. weekend - lørdag | Klokkeslæt: | 1. weekend - søndag |
|---------------|---|---------------|--|
| 08.00 - 09.00 | Intro/Velkomst Hvad er fodbold? | 08.00 - 10.00 | Fodboldledelse PAEI med cases |
| 09.00 - 12.00 | Fodboldfysiologi Opvarmning Praktik Forberedelse af opvarmingsprogrammer Fodbold Teknisk træning Indersidespark | 10.00 - 12.00 | Fodbold Målmand |
| 12.00 - 13.00 | Frokost | 12.00 - 13.00 | Frokost |
| 13.00 - 15.00 | Fodbold Teknisk træning Halvtliggende vristspark | 13.00 - 15.00 | Fodbold Teknisk træning 1. berøringer |
| 15.00 - 16.00 | Fodboldmetode Teknisk træning | 15.00 - 17.00 | Fodbold Teknisk træning Dribling/finter |
| 16.00 - 18.00 | Fodbold Teknisk træning Ydersidepasning/-spark Lodret vristspark | 17.00 - 18.00 | Afrunding Opsamling, Refleksion |

- De grønne moduler er praktikmoduler og foregår på træningsbanen
- De grå moduler er teorimoduler

Program B1 - Anden weekend

| Klokkeslæt: | 2. weekend - lørdag | Klokkeslæt: | 2. weekend - søndag |
|---------------|--|---------------|--|
| 08.00 - 10.00 | Velkommen tilbage Fodboldfysiologi FIFA 11 Skadesforebyggende træning | 08.00 - 10.00 | Fodbold Overlap |
| 10.00 - 12.00 | Fodbold Afslutninger | 10.00 - 12.00 | Fodboldmetode Øvelsesgenerator og aktivitetsbold Forberedelse af træning |
| 12.00 - 13.00 | Frokost | 12.00 - 13.00 | Frokost |
| 13.00 - 15.00 | Fodboldfysiologi Børn og unges udvikling | 13.00 - 15.00 | Fodbold Bandespil |
| 15.00 - 17.00 | Fodbold Pasningsspil | 15.00 - 17.00 | Fodbold Boldovertagelse Spil på 3. mand |
| 17.00 - 18.00 | Fodboldledelse Kend dig selv! | 17.00 - 18.00 | Afslutning Refleksion Evaluering Beviser |

- De grønne moduler er praktikmoduler og foregår på træningsbanen
- De grå moduler er teorimoduler