|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Inne/ute** | **Antal träningar** | **Aktiviteter** | **Fokus på träning** | **Övrigt** |
| **Jan** | Inomhus | 1 ggr/veckan (1h) | * Träningsmatcher
 | * Passning/mottagning
* Teknik
 | Ej krav på närvaro. |
| **Feb** | Inomhus | 1 ggr/veckan (1h) | * IFK Uppsala Indoor Cup (1 lag, prel. 29/2)
* Klubbrabatten?
 | * Passning/mottagning
* Teknik
 | Ej krav på närvaro .De som tränar inomhus erbjuds deltagande på inomhus-Cup. |
| **Mars** | Inomhus | 1 ggr/veckan (1h) | * Träningsmatcher
* Ledarmöte (9/3)
* Föräldramöte 23/3)
 | * Passning/mottagning
* Teknik
 | Ej krav på närvaro. |
| **April** | Utomhus | 2 ggr/veckan (1,5h per tillfälle) | * Träningsläger (2 dagar Fanna IP?)
* Träningsmatcher
* Lagpantning
* Storpantning (18/4)
* Valborg på Fanna IP (30/4)
 | * Passning/mottagning
* Teknik
* Speluppbyggnad
* Spelförståelse
 | Träningsnärvaro räknas fr.o.m. då planerna är spelbara. |
| **Maj** | Utomhus | 2 ggr/veckan + 1 målvakt(1,5h per tillfälle, 1h målvakt) | * Seriespel
* Målvaktsträning tillsammans med P-09 & P-08 (1h, 1ggr/veckan)
* Lagpantning
* Preliminärt Kioskvecka Fanna IP
* Fibracupen 2 lag (21-23 maj)
 | * Passning/mottagning
* Teknik
* Speluppbyggnad
* Spelförståelse
 | Träningsnärvaro räknas. |
| **Juni** | Utomhus | 2 ggr/veckan + 1 målvakt(1,5h per tillfälle, 1h målvakt) | * Seriespel
* Målvaktsträning tillsammans med P-09 & P-08 (1h, 1ggr/veckan)
* Lagpantning
 | * Passning/mottagning
* Teknik
* Speluppbyggnad
* Spelförståelse
 | Träningsnärvaro räknas. |
| **Juli** | **Sommaruppehåll** | **Sommaruppehåll** | **Sommaruppehåll** | **Sommaruppehåll** | **Sommaruppehåll** |
| **Aug** | Utomhus | 2 ggr/veckan + 1 målvakt(1,5h per tillfälle, 1h målvakt) | * Seriespel
* Målvaktsträning tillsammans med P-09 & P-08 (1h, 1ggr/veckan)
* EP-Cupen
* Lagpantning
* Klubbrabatten?
 | * Passning/mottagning
* Teknik
* Speluppbyggnad
* Spelförståelse
 | Träningsnärvaro räknas. |
| **Sep** | Utomhus | 2 ggr/veckan + 1 målvakt(1,5h per tillfälle, 1h målvakt) | * Målvaktsträning tillsammans med P-09 & P-08 (1h, 1ggr/veckan)
* Lagpantning
 | * Passning/mottagning
* Teknik
* Försvarsspel
* Spelförståelse
 | Träningsnärvaro räknas. |
| **Okt** | Utomhus | 2 ggr/veckan (1,5h per tillfälle) | * Målvaktsträning tillsammans med P-09 & P-08 (1h 1ggr/veckan)
* Park-Cupen alt. McDonalds i V-ås (2 lag)
* Träningsmatcher
* Lagpantning
 | * Passning/mottagning
* Teknik
* Speluppbyggnad
* Spelförståelse
 | Träningsnärvaro räknas fram till Park-Cupen alt. McDonalds-cup. |
| **Nov** | Utomhus/inomhus | 1-2 ggr/veckan (1,5h per tillfälle) alt. samträning med P-09 | * Föräldramöte 9/11(utvärdering av året)
* Träning för de som vill…
* Planering säsongen 2021
 | * Passning/mottagning
* Teknik
* Avslut/göra mål
* Spelförståelse
 | Träning beroende på väder, ej träning > -1 C.Ej krav på närvaro. |
| **Dec** | Inomhus | 1 ggr/veckan (1h per tillfälle) | * Bingolotter
 | * Passning/mottagning
* Teknik
 | Ej krav på närvaro. |

**Översiktlig planering Fanna BK P-10 säsongen 2020**