

Föreningslyftet	Spelarutbildningsmatrix			LSU Workshops Vintränning för målvakter	
	Träningslära	Målvakt – Teknik	Målvakt - Spelmoment	Ledarutbildning Workshop S2S och Spelarutbildningsmatrixen - Teori	Futsal Så spelar vi Översikt planer
Nivå 1 Fotbollsglädje - Enkelhet/Individen 6-8 år	Fotbollsfys 1 Workshop Fotbollsfys 1	Rörelseglädje (bollen i händerna)		Föreningsintroduktion Workshop 3 mot 3 – Teori & Praktik SISU: Grundutbildning för tränare	3 mot 3: Allmänt
		Fånga bollen (Greppteknik) Rulla ut bollen (Underarmskast) Passning - Insida		Workshop 5 mot 5 – Teori & Praktik Workshop Fotbollsfys 1 – Teori & Praktik Föreningsdomarutbildning – Fotboll Föreningsdomarutbildning – Futsal	4 mot 4 med sarg: 1-2-1 Allmänt
		Fallteknik Mottagning – Insida/utsida	Tillbakaspel (Djupledspel i anfall)	Workshop 7 mot 7 - Teori & Praktik SvFF: C Diplom SvFF: Målvakt C Föräldrautbildning	4 mot 4: 1-2-1 Allmänt
		Sidledsförflyttning Utkast – Överarmskast	Igångsättning av spel		
	Fotbollsfys 2a Fotbollsfys 2b Fotbollsworkout ADR Löpskolning Knäkontroll	Bollar långt från målvakten Upphoppsteknik Mottagning - Medtagning	Agerande vid skott	Workshop 9 mot 9 - Teori & Praktik Workshop Ungdomsfutsal – Teori & Praktik Workshop Fotbollsfys 2 - Teori & Praktik SvFF: B Ungdom SvFF: Målvakt B	U-Futsal: 1-3-1 Anfallsspel Försvarsspel Workshop - Klipp
		Halvvrst och skruvad passning Boxteknik	Spelvändning Speluppbyggnad		
		Sidvolleyutspark	Agerande vid vinkelskott		
	Förstärkt ADR MAQ Kost & Återhämtning		Fasta situationer – Frispark Positionering – Anfall Djupledspassningar/Friläge	Workshop 11 mot 11 - Teori & Praktik	
			Agerande vid Inlägg Inspark		
	Fotbollsfys 4 Tester Rehabilitering		Positionering – Försvar Samarbete Mv och försvar - 1 mot 1 Fasta situationer – Straff	Workshop Junior - Teori & Praktik SvFF: A Ungdom UEFA Elite Youth A SvFF: UEFA B SvFF: Målvakt Nationell A	Futsal: 4-0 Anfallsspel Försvarsspel
			Samarbete Mv och försvar - 2 mot 2 Samarbete Mv och backlinje Omställning - Försvar till anfall		
					



Spelarlyftet – Inspiration, Kunskap och Glädje

