

GOALKEEPING
DEVELOPMENT

HILFE

LOGOUT

DEUTSCH | ENGLISH | ESPAÑOL

ADMIN

ACCOUNT

TRAINING

POOL

GRAPHICS

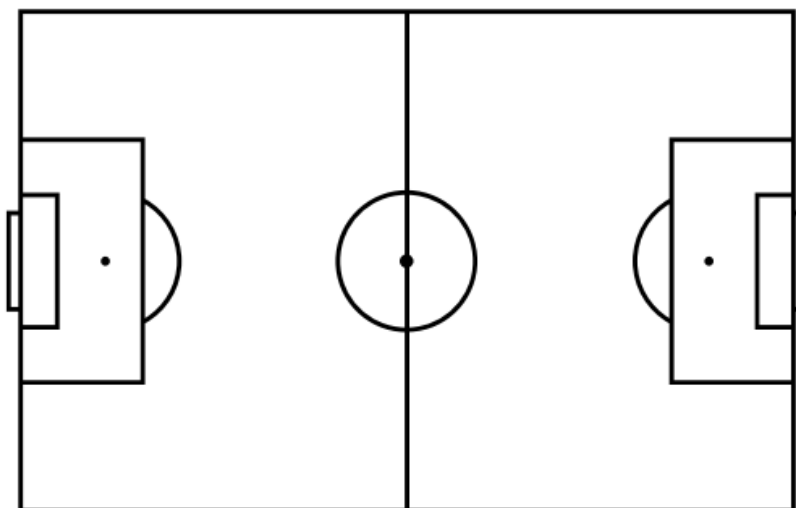
SPIEL

STATISTIK

ACADEMY

Trainingsplan - Ablenken und Abdruck flach

Trainingszeit: 41 Min	Spieleröffnung	5 Min
Aufwärmen: PASSSPIEL / BALLANNAHME KOORDINATIV MIT MARKIERUNGSTELLER, Material: 3 gleichfarbige Markierungsteller, Fußball, Umfang: 2 x 8 Wiederholungen.	Passspiel / Ballannahme	5 Min
Hinführung: FANGEN / FALLEN, ABLENKEN - BODENGEWÖHNUNG SITZ, Material: großes Tor, mehrere Fußbälle, Umfang: 12 Wiederholungen auf jeder Seite.	Grundtechniken	16 Min
FANGEN / KORB / FALLEN NACH BEINARBEIT, Material: mehrere Fußbälle, 2 Markierungsteller, Umfang: 6 - 8 Wiederholungen auf jeder Seite.	Fangen / Korb / Fallen	14 Min
Hauptteil: ABDRUCK FLACH UNTER BAND, Material: großes Tor, 2 Stangen mit Verbindungsschnur, mehrere Fußbälle, Umfang: 8 Wiederholungen auf jeder Seite.	Abdruck	20 Min
ABDRUCK FLACH ALS AUFSETZER MIT WAHRNEHMUNG, Material: großes Tor, 2 farblich unterschiedliche Markierungsteller, mehrere Fußbälle, Umfang: 8 Wiederholungen pro Seite.	Flach	20 Min
	Eins gegen Eins / Nahdistanz	0 Min
	Flanken und Mitspielen	0 Min



Trainingsplan - Ablenken und Abdruck flach

Passspiel / Ballannahme

koordinativ mit Markierungsteller



Der Torwart arbeitet koordinativ an den Hütchen und spielt anschließend einen Pass - entweder mit vorheriger Ballannahme oder direkt.

Material
3 gleichfarbige Markierungsteller, Fußball

Trainingsstruktur
Aufwärmen

Methodik
kombiniert

Umfang
2 x 8 Wiederholungen

Spieleröffnung

Trainingsplan - Ablenken und Abdruck flach

Fangen / Fallen, Ablenken

Bodengewöhnung Sitz



Der Torwart arbeitet aus dem Schrägsitz heraus und trainiert das Fangen, Fallen halbhoch oder Ablenken.

Material
großes Tor, mehrere Fußbälle

Trainingsstruktur
Hinführung

Methodik
kombiniert

Umfang
12 Wiederholungen auf jeder Seite

Grundtechniken

Trainingsplan - Ablenken und Abdruck flach

Fangen / Korb / Fallen

nach Beinarbeit



Der Torwart trainiert in Abhängigkeit des Schusses das Fangen, den Korb oder das Fallen kombiniert mit schneller Beinarbeit um einen Markierungsteller.

Material
mehrere Fußbälle, 2 Markierungsteller

Trainingsstruktur
Hinführung

Methodik
kombiniert

Umfang
6 - 8 Wiederholungen auf jeder Seite

Grundtechniken

Trainings- dokumentation



HILFE

LOGOUT | DEUTSCH | ENGLISH | ESPAÑOL

ADMIN ACCOUNT **TRAINING** POOL GRAPHICS SPIEL STATISTIK ACADEMY

Training

Training

Neues Training anlegen

Trainingspläne

Eigene
Trainingspläne

Trainingsstand

Oktober 2022

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
26	27	28	29	30	01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23

29.10.2022 - 08:00 Uhr - Max Mustermann

Datum

Uhrzeit Uhr

Dauer Minuten

Torwart

Bewertung

Inhalt

1. Aufwärmen
2. Hinführung
3. Hauptteil
4. Team
5. Regeneration

Torwartspiel

Offensivspiel

Defensivspiel

Bereiche

Spieleröffnung

Torverteidigung

Raumverteidigung

Schwerpunkte

Spieleröffnung

Grundtechniken

Abdruck

Eins gegen Eins /
Nahdistanz

Flanken und
Mitspielen

Technik

Passspiel /
Ballannahme

Flugball (direkt)

Abschlag

Abwurf

Fangen / Korb /
Fallen

Schritte

Ablenken

Flach

Hoch /
Übergreifen

Tauchen

Reaktion Hand /
Fuß

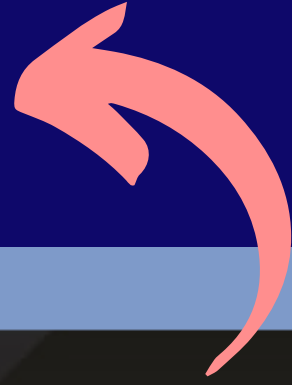
Block

Ballangriff

Bewegungsablauf
/ Timing

Fausten

Mitspielen



Übungen

Eigene Übungen

Übungen (417)

Torhüter

Alle

Trainingsstruktur

Alle

Schwerpunkt

Alle

Technik

Alle

Torwarttrainer

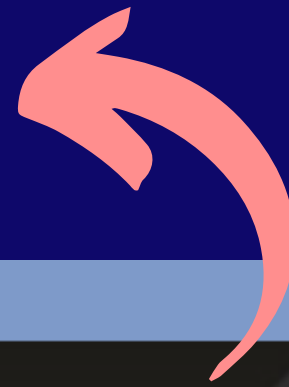
Alle

Spieleröffnung

1. NEU Passspiel und Fußball koordinativ mit Stangen ☆
2. NEU Passspiel / Ballannahme kombiniert mit Hürdensprung ☆
3. NEU Passspiel / Ballannahme kombiniert mit Koordination ☆
4. NEU Passspiel / Ballannahme koordinativ mit Stangen ☆
5. NEU Koordination kombiniert mit Fußball ☆



Grafikprogramm



GOALKEEPING
DEVELOPMENT

HILFE

LOGOUT

DEUTSCH

ENGLISH

ESPAÑOL

ADMIN

ACCOUNT

TRAINING

POOL

GRAPHICS

SPIEL

STATISTIK

ACADEMY

Graphics (neu)

teilen

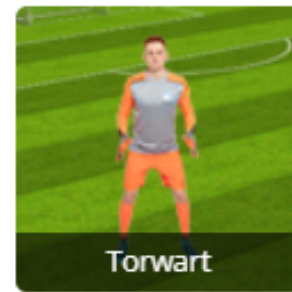
Neue Grafik

Grafik laden

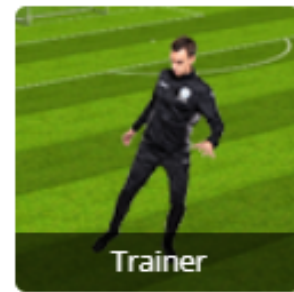
speichern



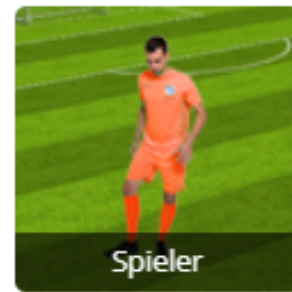
Spielfeld



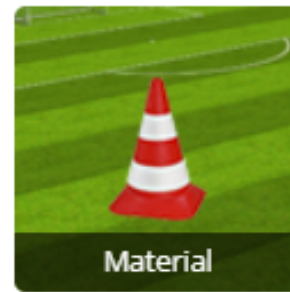
Torwart



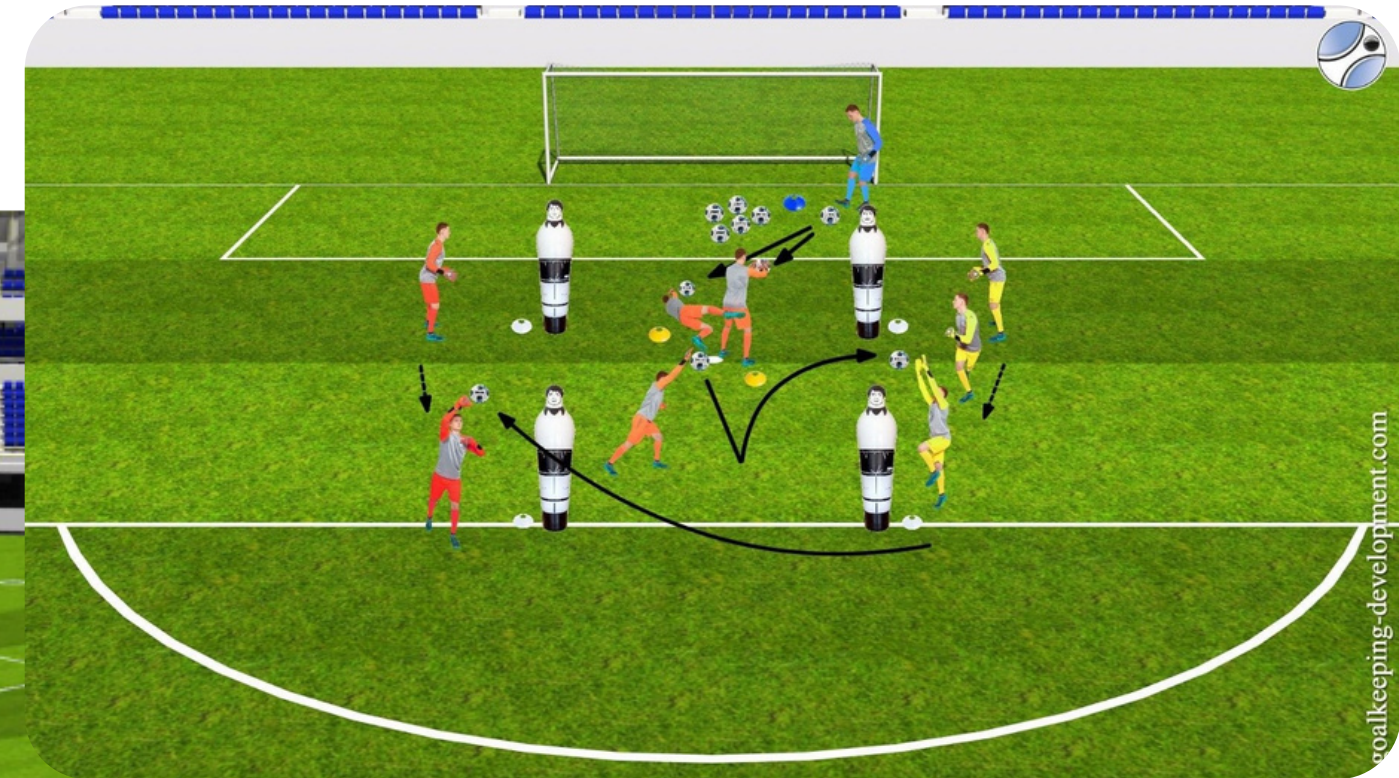
Trainer



Spieler

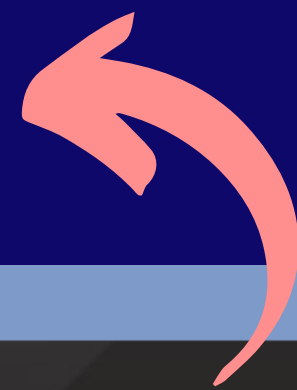


Material



goalkeeping-development.com

Spieldokumentation



HILFE

LOGOUT

DEUTSCH

ENGLISH

ESPAÑOL

ADMIN

ACCOUNT

TRAINING

POOL

GRAPHICS

SPIEL

STATISTIK

ACADEMY

Spiel

Torerzielung

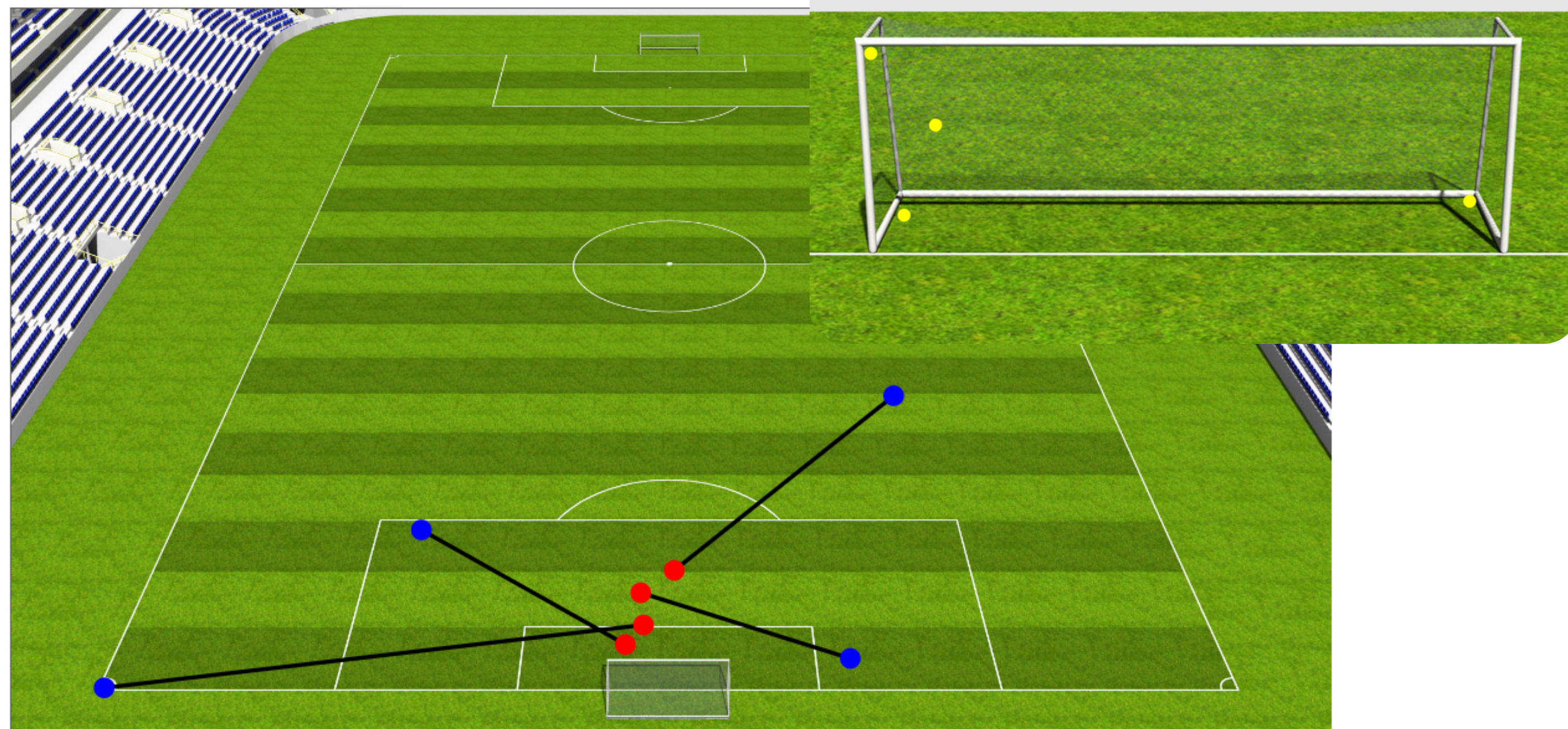
Spielstand

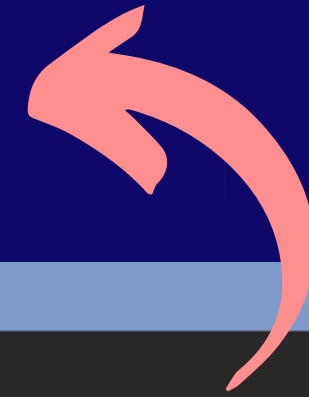
Torerzielung

Grafik laden

speichern

Entstehung / Abschluss +





Training

Training

Spiel

Bewertung

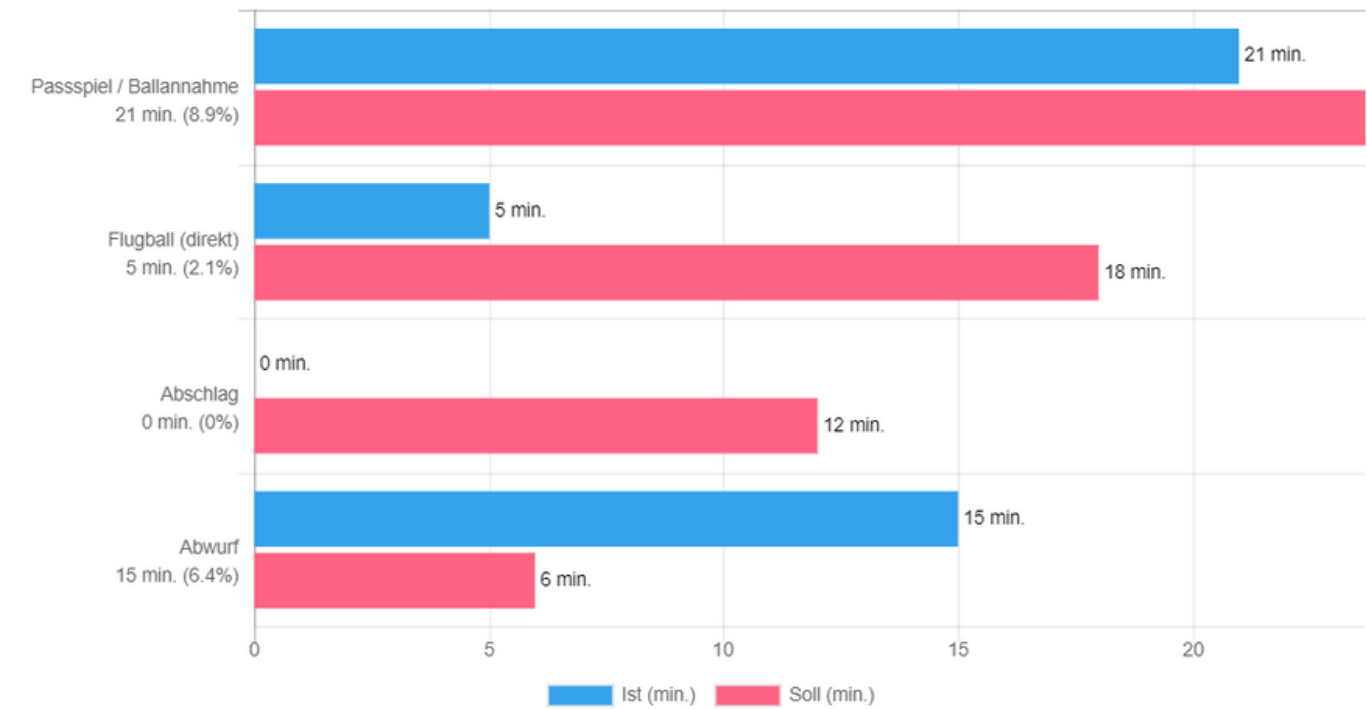
Datum vom 01.07.2022 bis 30.06.2023

Torwart

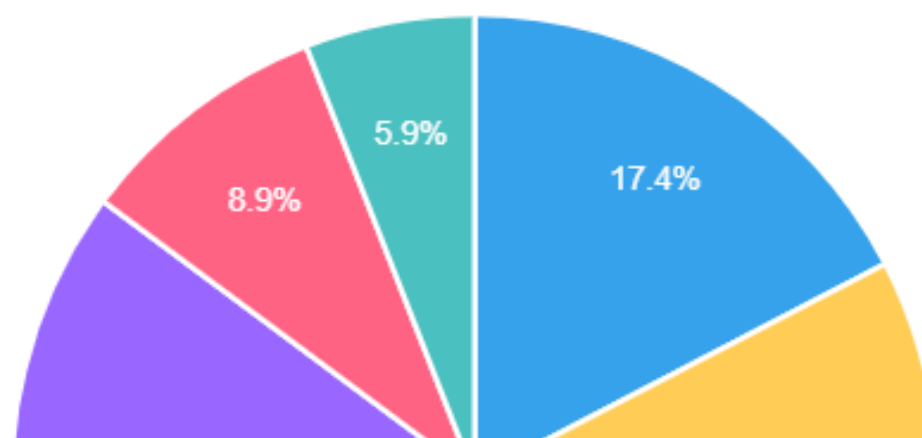
- Statistik
- Schwerpunkte
 - Umfang
 - Offensivspiel / Defensivspiel
 - Bereiche
 - Schwerpunkte**
 - Technik
 - Athletik
 - Inhalt
 - Trainingsplan

Training - Schw
Datum: 01.07.2022 - 30

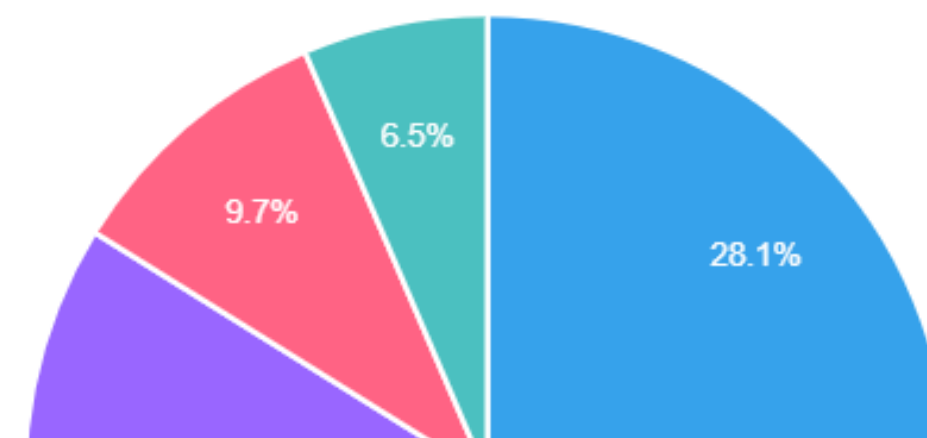
Spieleröffnung



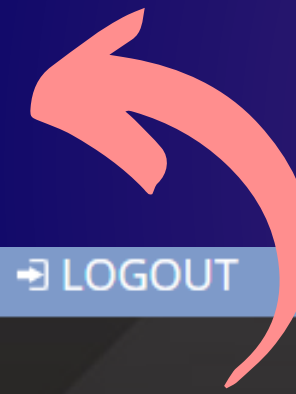
Max Mustermann



Kevin Trop



Webinare, Interviews ...



HILFE

LOGOUT

DEUTSCH | ENGLISH | ESPAÑOL

ACCOUNT

TRAINING

POOL

GRAPHICS

SPIEL

STATISTIK

ACADEMY

Academy

Academy

Thema

Alle

Alle

Athletik

Technik

Taktik

Rubrik

Alle

aktualisieren

