



MV D Tampere / kevät 2021

7.2. Päivä 1 / Etänä (Zoom)

9.00 Aloituspöytä ja tutustuminen

9.45 Valmennuksen palat

10.30 Tauko

10.45 Huippuharjoitus

11.30 Harjoitetyypit

12.30 Lounas

13.30 Harjoituksen rakenne ja maalivahdin perustoiminnot

15.00 Tauko

15.15 Taidon oppiminen

15.45 Valmentajan rooli

16.15 Tauko

16.30 Henkinen valmennus + perheen rooli

17.15 Nuoren maalivahdin fysiikka

18.00 Reflektointi

18.15 Päätös

7.3. Päivä 2 / Lähijakso, käytäntö

9.00 Aloituspöytä ja aktivointi

9.15 Tekniikka

11.00 Kenttä

13.00 Lounas

13.30 Pelinkeskus

15.15 Harjoitusten suunnittelu

16.00 Kenttä

18.00 Reflektointi

18.30 Nuoren maalivahdin harjoittelu

19.15 Reflektointi ja palaute

19.45 Päätös