|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ИМЕ: | | D:\FUTBOL\ТШ\BFU-logo.jpgОтбор: „………………………“ |
|  | Период: | Ден: |

|  |  |
| --- | --- |
| Цели на тренировката: | Времетраене : |
| ТЕ: ТА: | КО: ПС / СП: |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| I.РАЗГРЯВКА | | | | |
| Време: | Интензивност: | Почивка: | | Играчи: |
| Организация (Пространство / Пособия / Играчи) | | | | |
|  | | | | |
| Насоки / Цели / Coaching Points: | | | | |
| Упр.: | | | Coaching Points: | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| II.ОСНОВНА ЧАСТ | | | | |
| Време: | Интензивност: | Почивка: | | Играчи: |
| Организация (Пространство / Пособия / Играчи) | | | | |
|  | | | | |
| Насоки / Цели / Coaching Points: | | | | |
| Упр.: | | | Coaching Points: | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| III.ОСНОВНА ЧАСТ | | | | |
| Време: | Интензивност: | Почивка: | | Играчи: |
| Организация (Пространство / Пособия / Играчи) | | | | |
|  | | | | |
| Насоки / Цели / Coaching Points: | | | | |
| Упр.: | | | Coaching Points: | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| IV.ОСНОВНА ЧАСТ / C.D. | | | | |
| Време: | Интензивност: | Почивка: | | Играчи: |
| Организация (Пространство / Пособия / Играчи) | | | | |
|  | | | | |
| Насоки / Цели / Coaching Points: | | | | |
| Упр.: | | | Coaching Points: | |

|  |  |
| --- | --- |
| Ревю на тренировката: | Бележки: |