|  |  |
| --- | --- |
| 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: |