

# Säsongspanering IKZ P09 VT/HT 2020

## Träningar samt Huvudfokuspunkter

Vecka 1-13 Passion for Soccer. Dvs 2-mål. (1 träning/vecka)

Vecka 14-26 (13 veckor) Speluppbyggnad + Anfallsspel. (3 träningar/vecka)

Vecka 27-33 Passion for Soccer. Dvs 2-mål. (1-2 träning/vecka)

Vecka 34-48 (15 veckor) Anfallsspel + Försvar. (3 träningar/vecka)

Vecka 48 avslutning.

Vecka 48-52 Passion for Soccer (1 träning/vecka)

## Cuper

12-14 juni - Ulvacupen i Skövde (övernattningcup). 3-4 lag.

Slutet aug/början sep - Zenithcupen. 4-5 lag.

Slutet oktober - WFM. 2 lag.

+ en eller två till

## Serien

4-5 lag beroende på antal spelare.

## Ledarmöten

Vecka 3-4 upplägg säsong 2020

Vecka 9-11 - Genomgång av sportsliga mål inför start av Träningsperiod Speluppbyggnad & Anfallsspel samt genomgång av övningar.

Vecka 22 - Avstämning samt justering av övningar

Vecka 33/34 - Genomgång av övningar HT.

Vecka 45 - Summering av säsong

## Föräldramöten

Vecka 14 - Start samt genomgång av säsong

Vecka 35 - Info kring höstsäsong.

## Lagaktiviteter

30 maj Champions League finalen + pizzakväll!

Hösten - Övernattning Zenithgården + träningsläger dvs träning fredag+lördag.

**Teori**

Vecka 14-17 15 min teoripass på tisdagsträningarna. Teoriämne = Speluppbyggnad i allmänhet. Spelbarhet & Rörelse i synnerhet.

Vecka 34-36 15 min teoripass på tisdagsträningarna. Teoriämne = Anfallspel