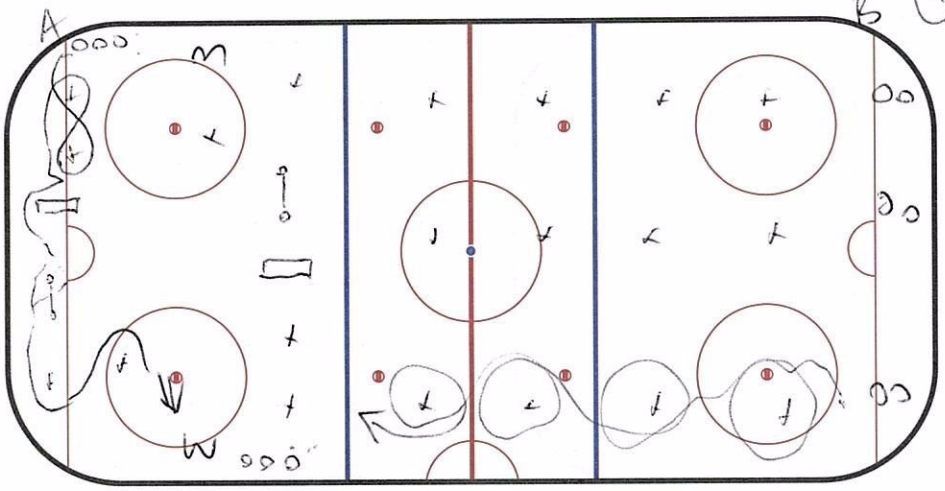
TEAM: U11

DATUM: 23.8.22

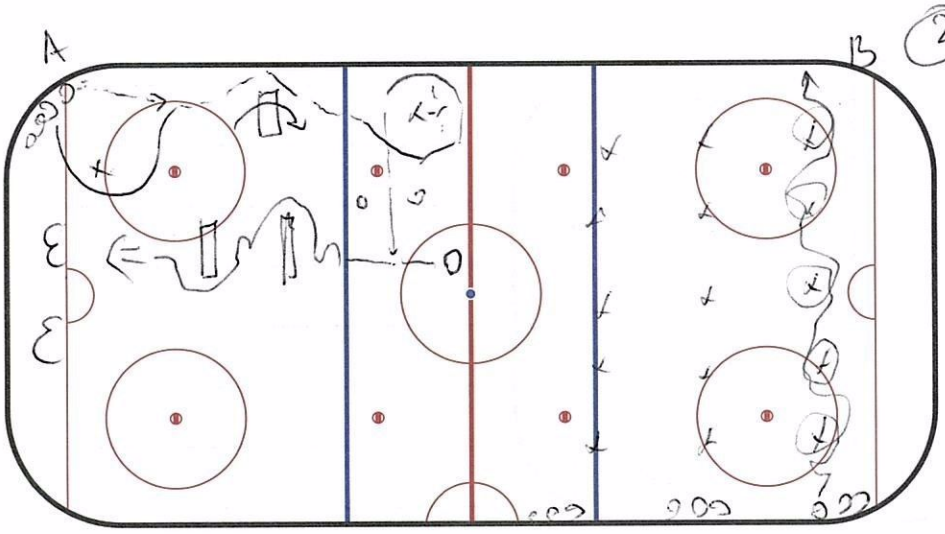
TRAINER: Martin, Dome

TRAININGSPLAN



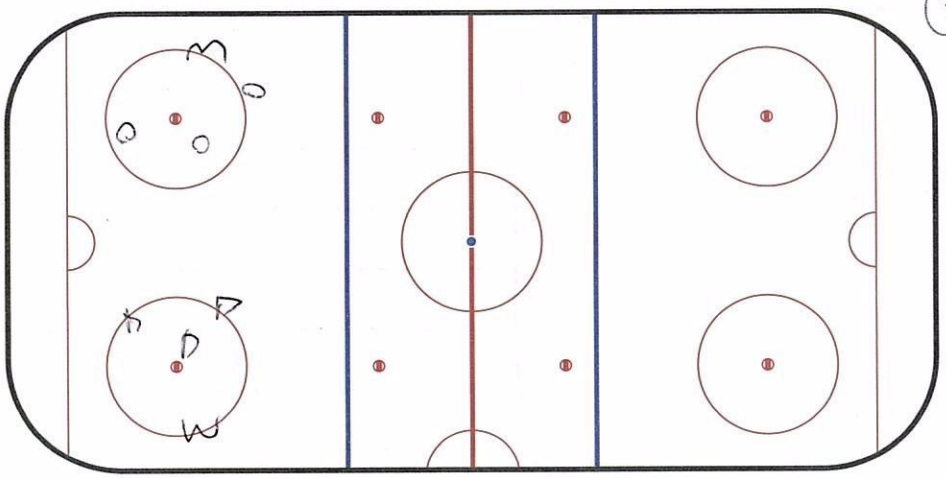
① A Parcour mit Scheibe
1. VW 2. VW/RW
B. Skating Bögen

2 × 10 min



② A Parcour mit Pässen
B Stickhandling
klein im Reifen

2 × 10 min



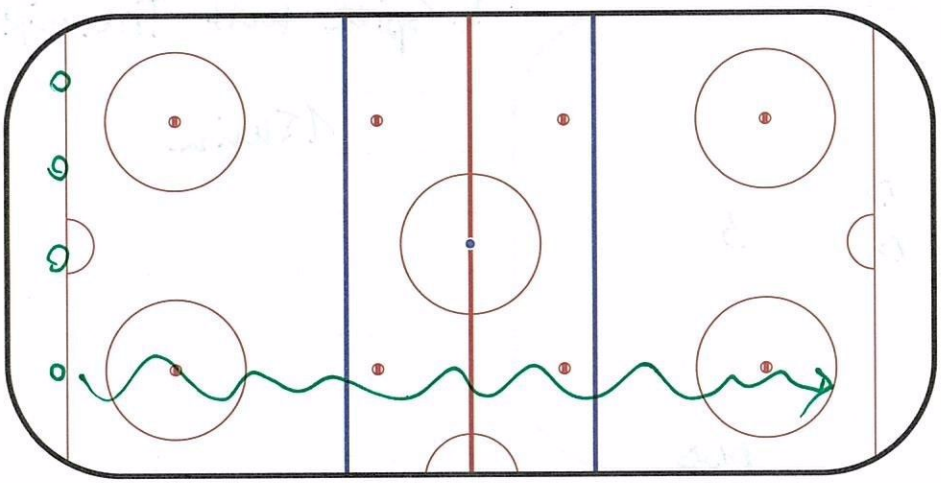
③ Spiel Kleinfeld
3:3
15 min

TEAM: U11

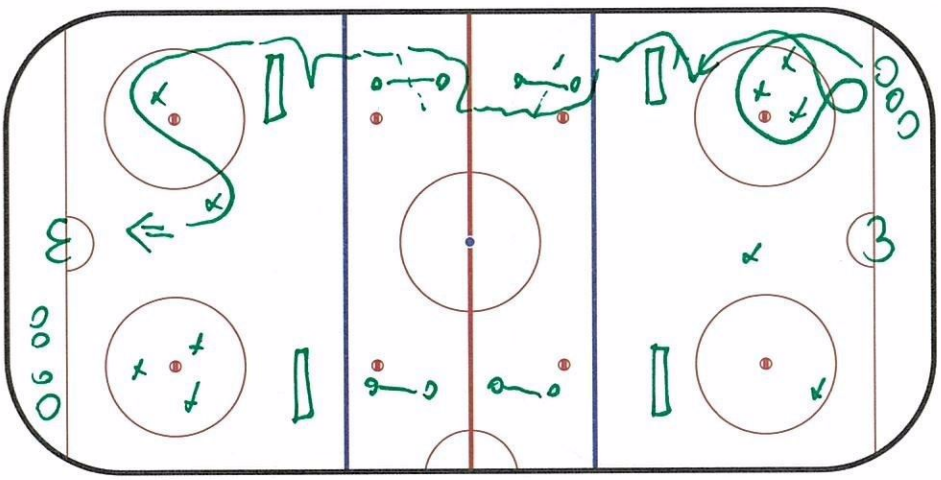
DATUM: 24.8.

TRAINER: Martin, Vincent

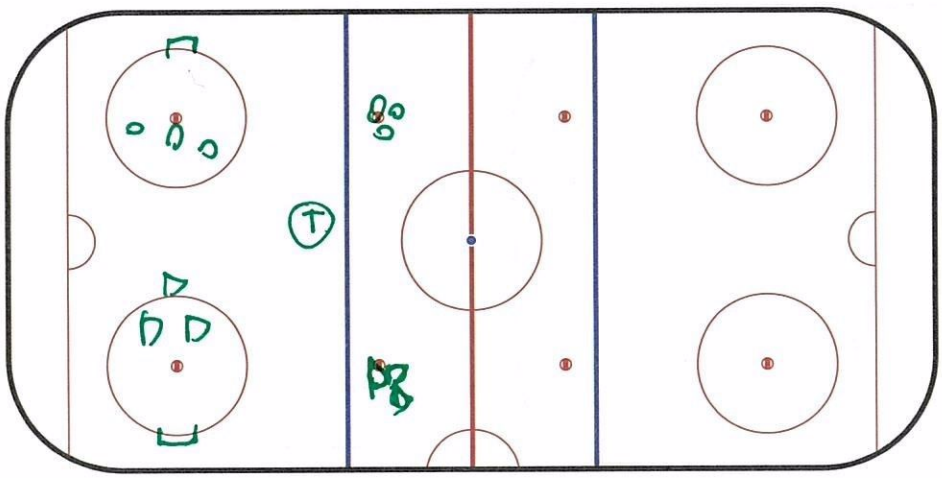
TRAININGSPLAN



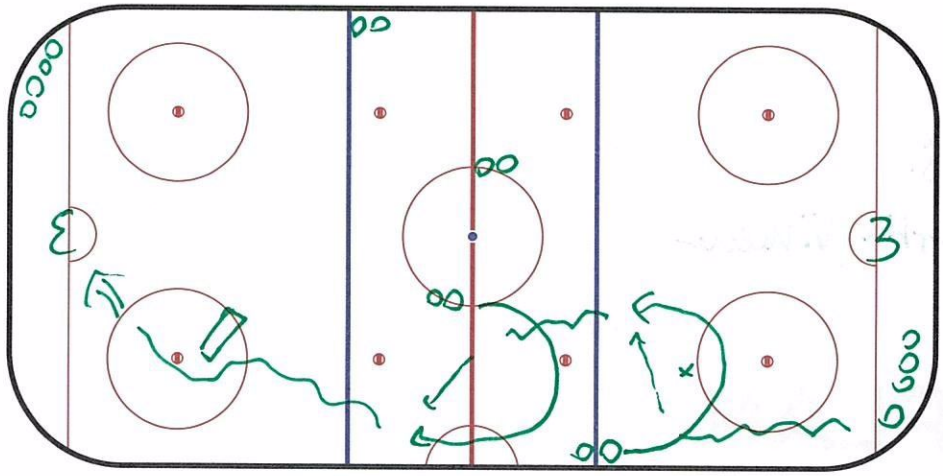
1. Skating ABC
10 min
Hocke, C-Lauf lk/Ak, Hopser
C-Lauf RW kurz/weit
RW untersetzen, Rutschen



2. Parcour
10 min



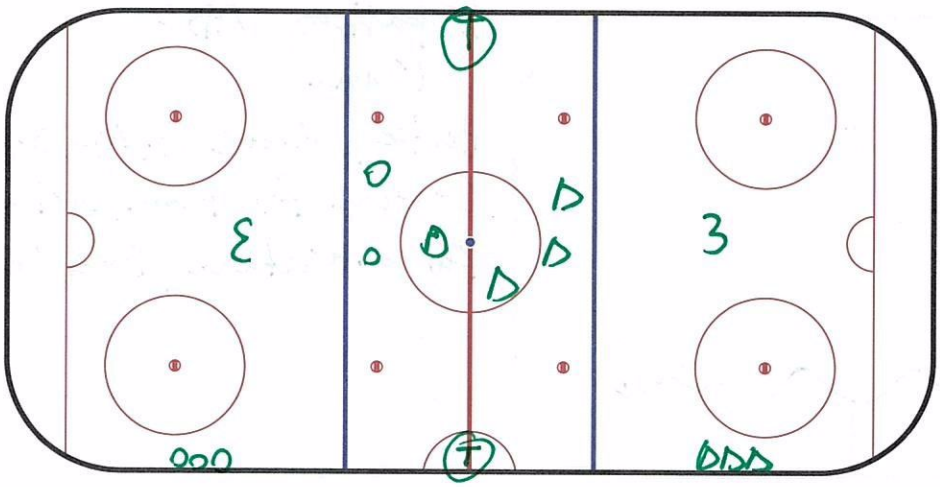
3. Spiel mit Joker (T)
3:3
10 min



4. Passen + Timing

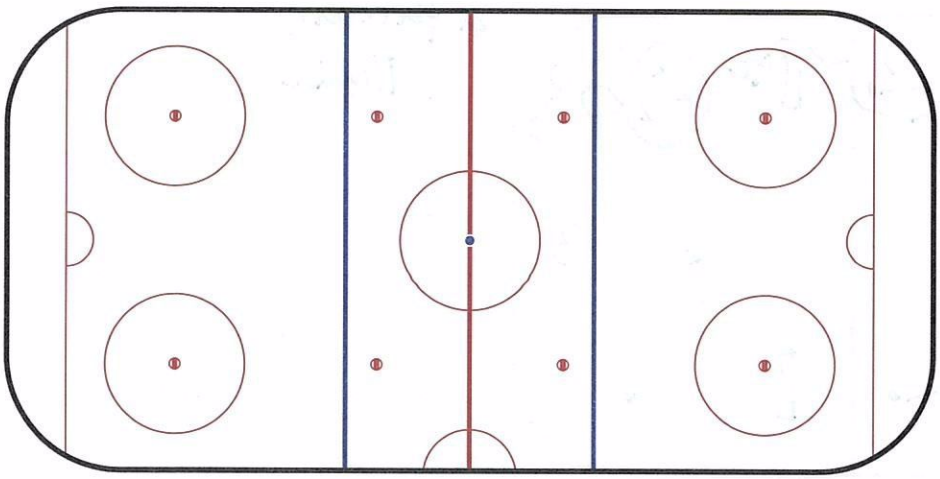
1:0

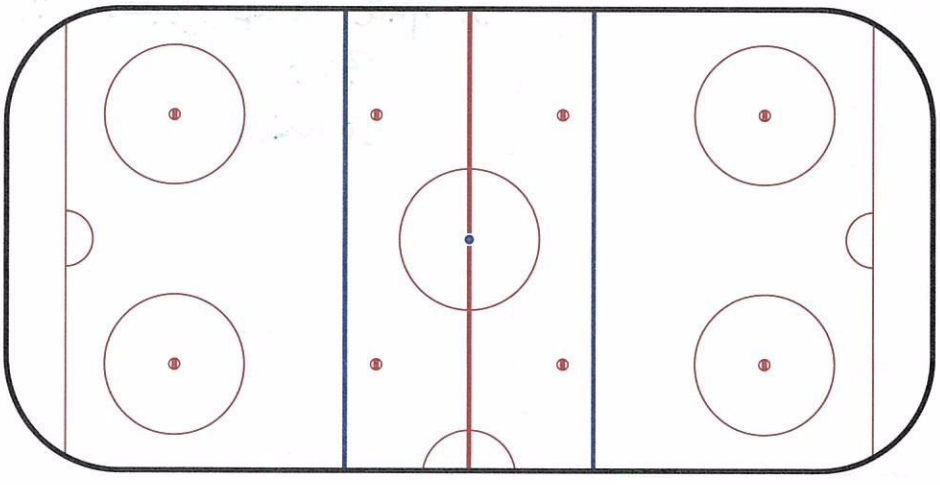
10 min



5. Spiel mit Trainerjoker

15 min





TEAM: U11

DATUM: 25.08

14¹⁰ - 15¹⁰

TRAINER: Markus / Martin

U17

TT 14¹⁰ - 14⁵⁰ / ET 15²⁰ - 16²⁰

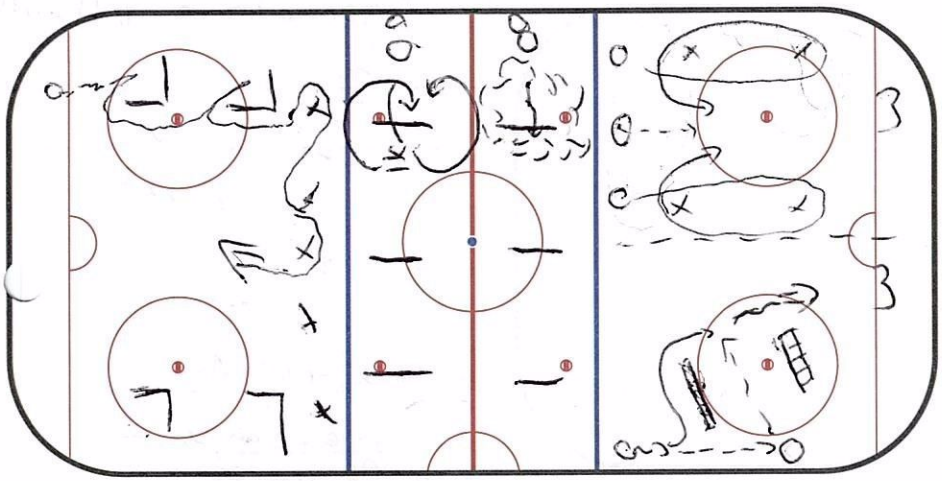
TRAININGSPLAN

U11 Stationstraining

U17 Trockentraining OFF-EIS

Stationstraining ON-EIS

U11



Stationstraining

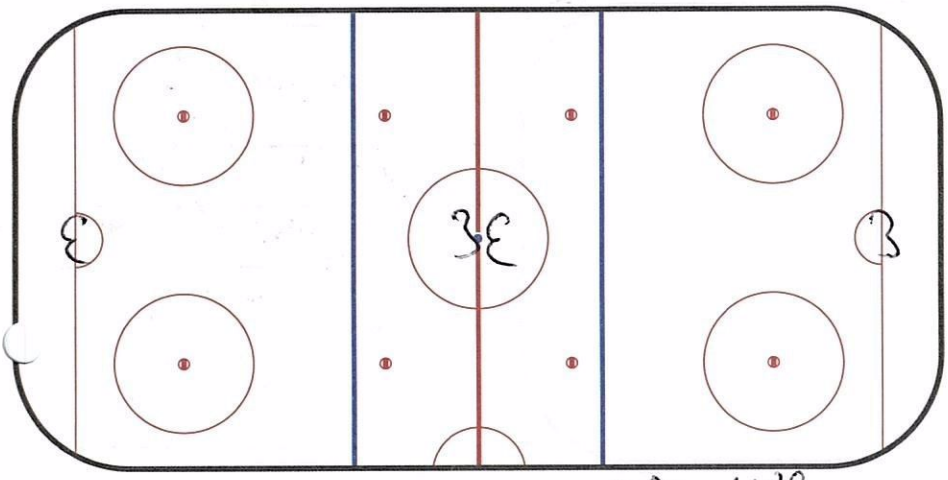
- 1 - 1
- Passübung
- Laufstechnik

VW

VW - VW

Stocktechnik

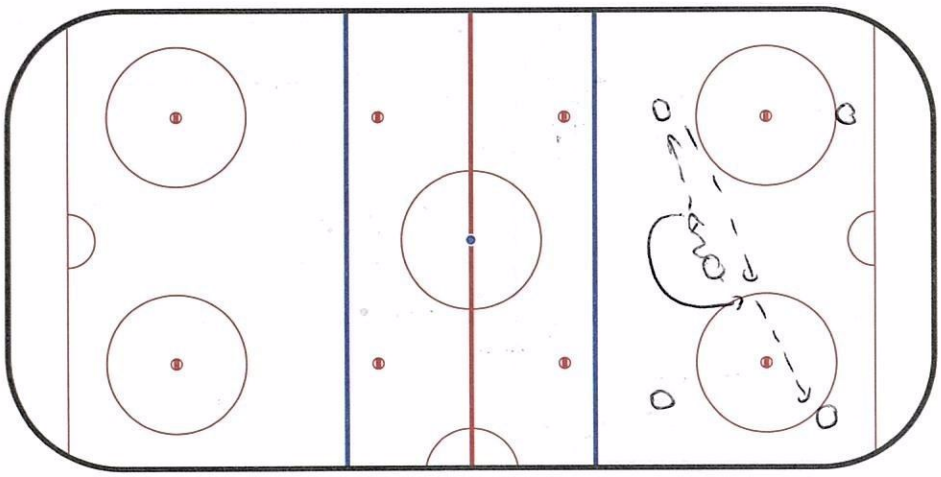
lag Hand ziehen



Spiel

4 - 4

U17 15²⁰ - 16²⁰

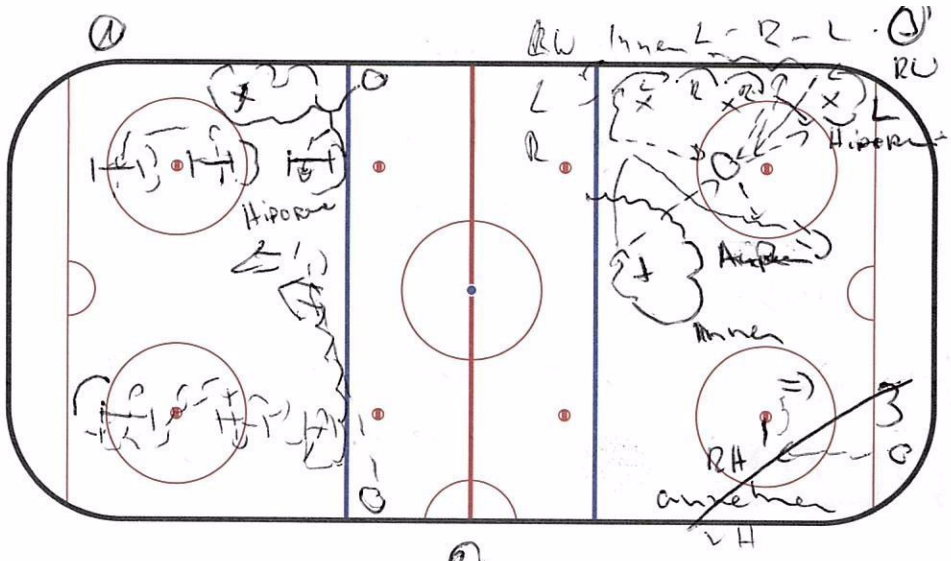


Passübung

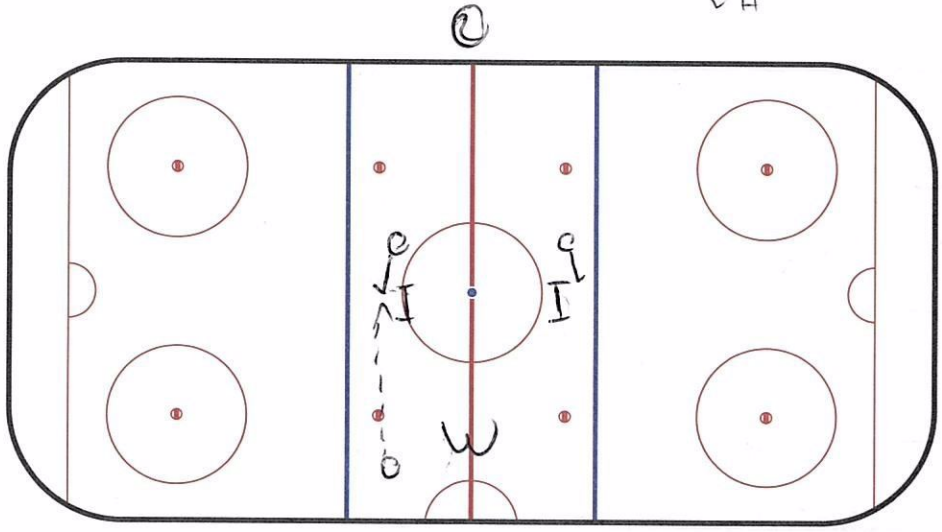
3 Pässe Abschluß

mit Schuss aufs Tor

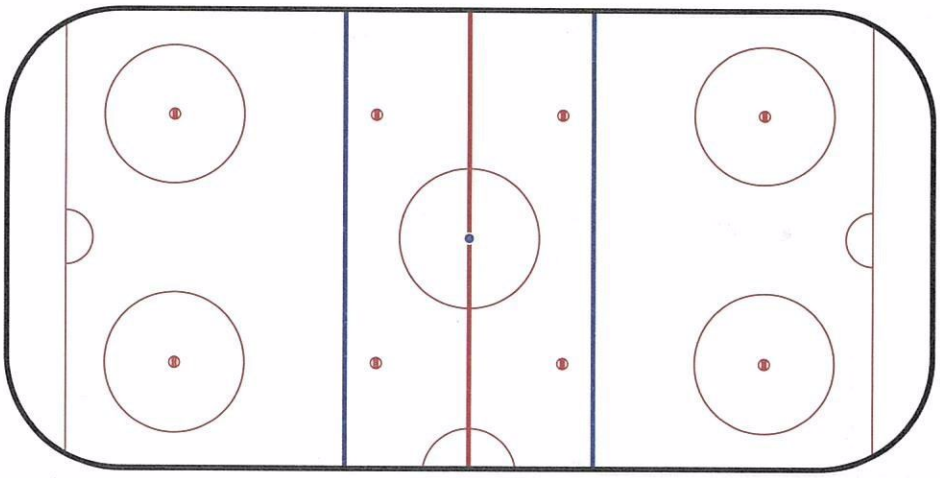
3 mal



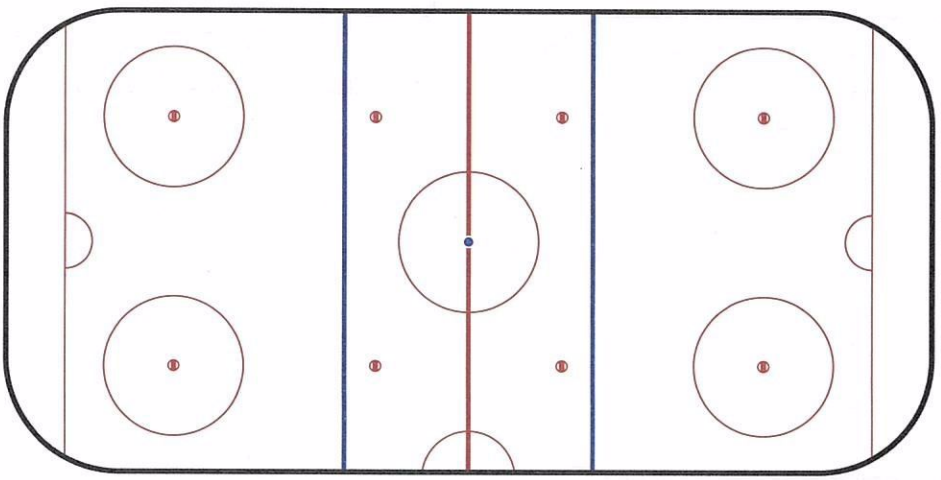
① VW - VW Puckführung



② Passannahme RH - VH
Schuss
VH - direkt



③ Lauftechnik
Innenkante - Außenkante
Passübung

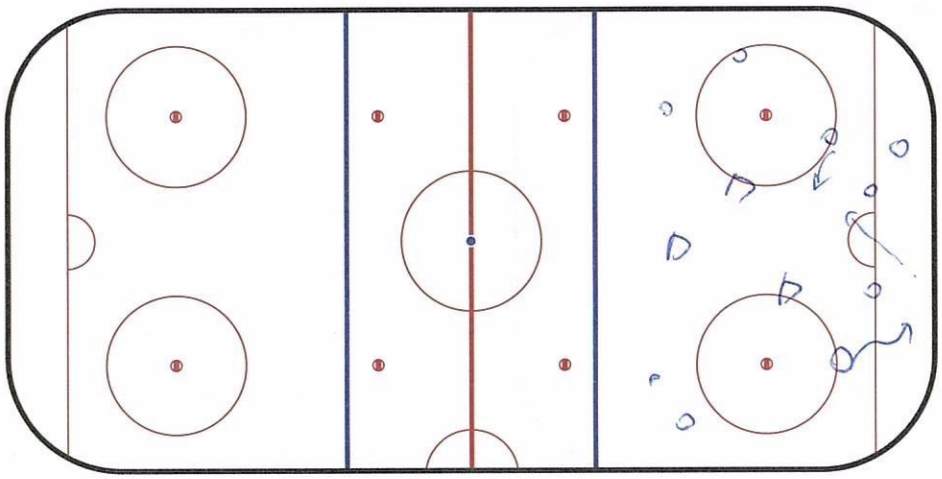


TEAM: U11

DATUM: 30.8.22

TRAINER: Martin, Vincent

TRAININGSPLAN

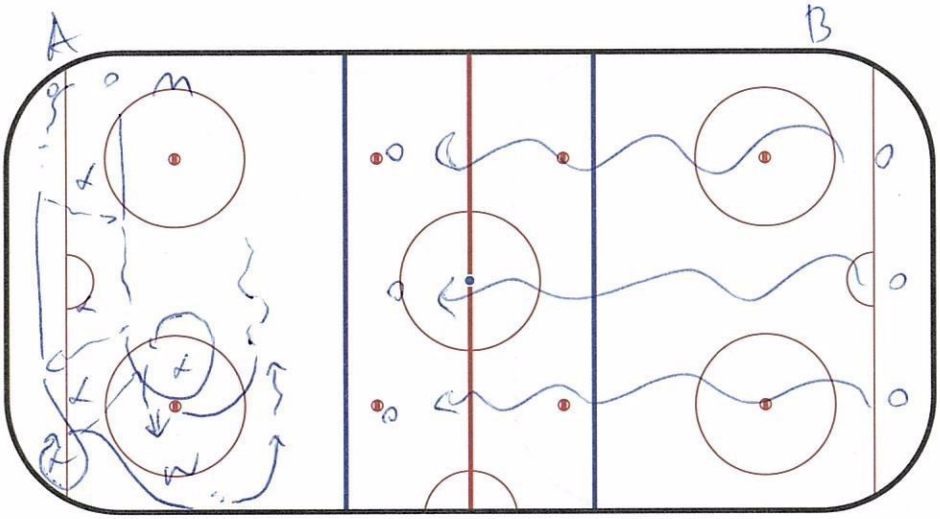


1. Spiel

2/2 od. 3:3

- Passen durch die Reifen 3 Pkt.
- Fahren 1 Pkt.

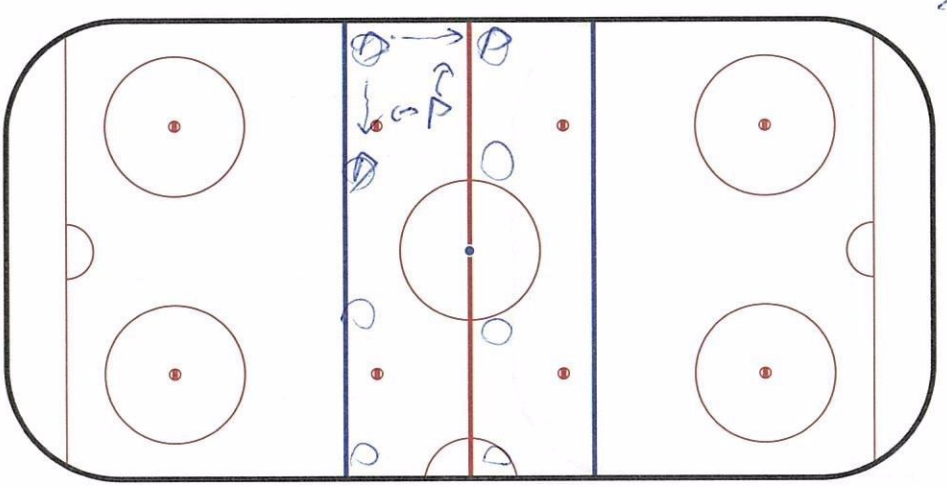
10 min



2. A) 2:0 dann 1:1

B) Skating ABC

2 x 10 min



3. Passspiel 3:1

→ nur gerade Pass

10 min

4. Spiel 40×30

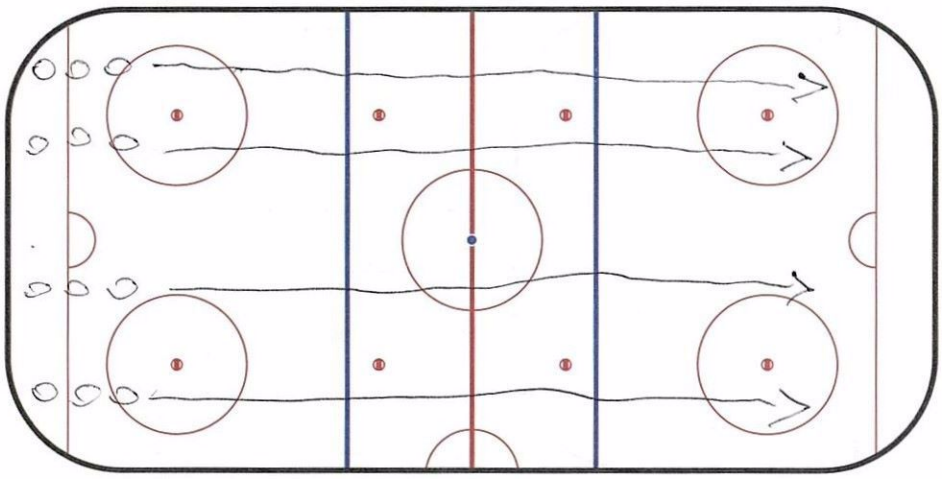
+2 Trainerjoker

TEAM: U11. 9:30-10:30

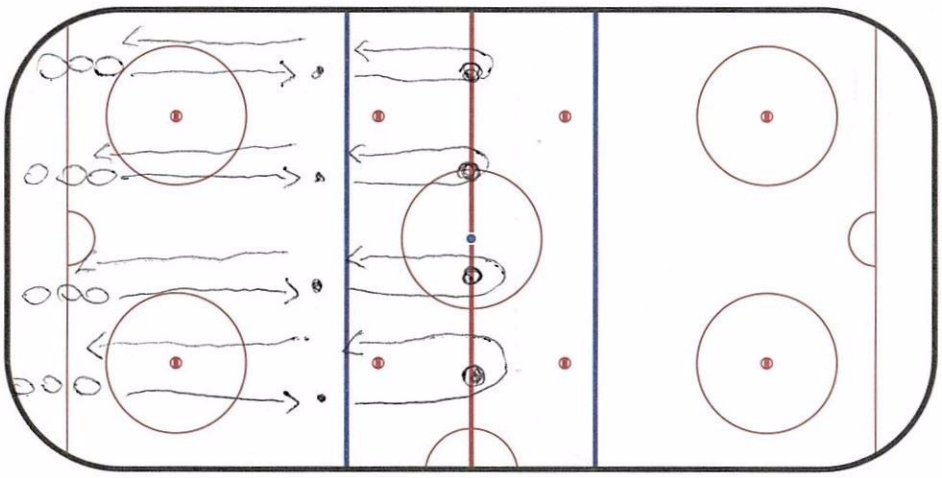
DATUM: 31.8.2022.

TRAINER: Yuri, Helfer.

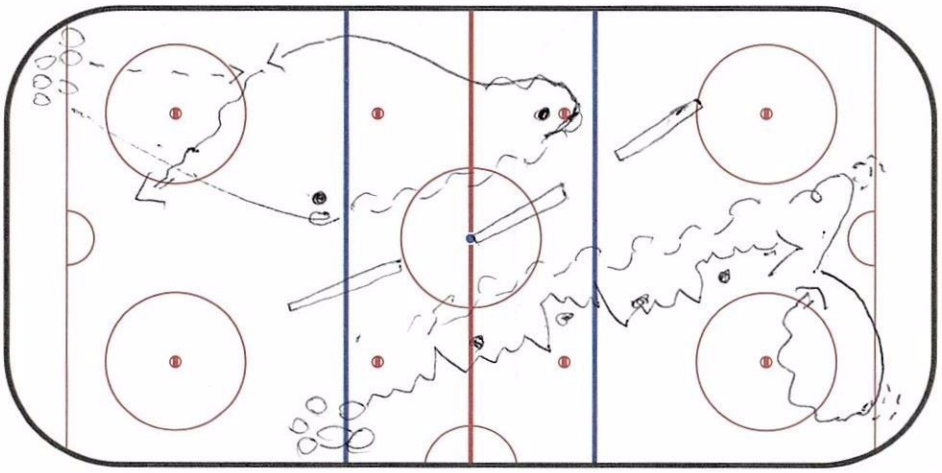
TRAININGSPLAN



Aufwermen:
Richig körper haltung koordination, balanc, Richtige technische eleme nte. → drechung 180°-360°
7 min

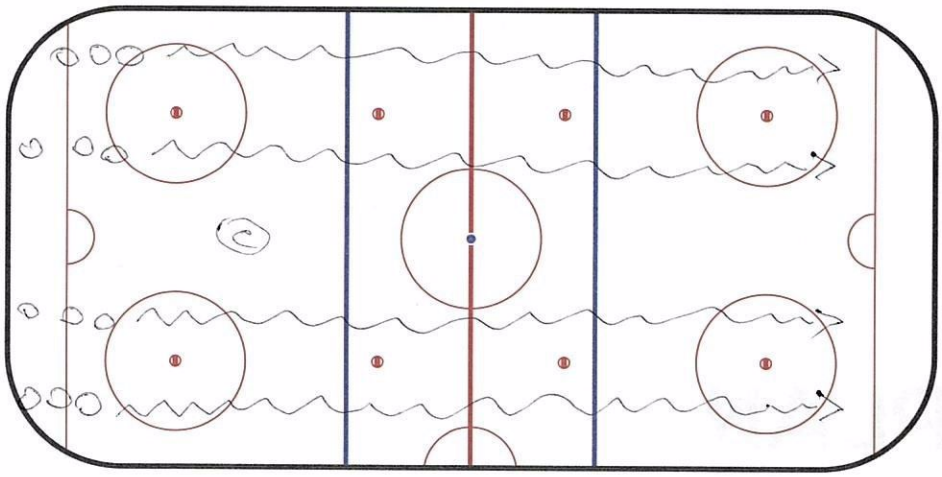


Staffel
8 min



1) 1-0 mit 2 schüsse und rückwerz eislaufe mit puck.
10 min

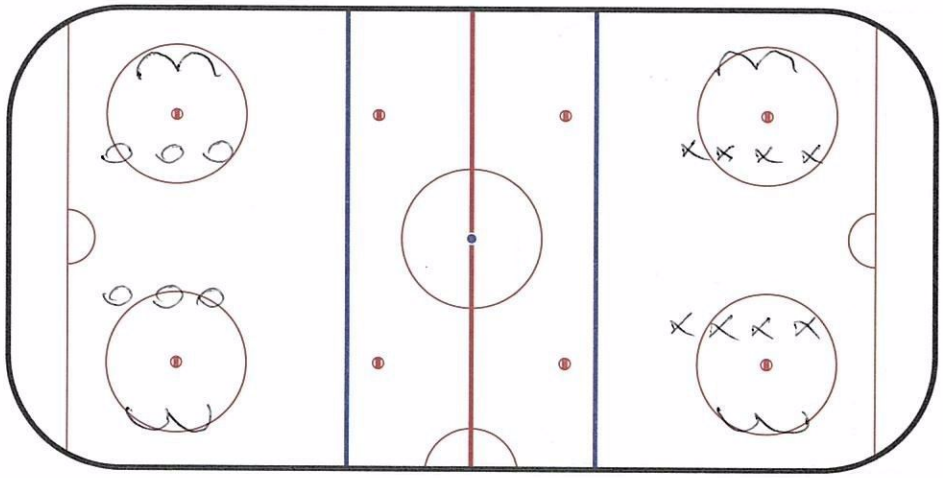
2) eislaufen mit richtung wechsel vorwerz-rückwer -vorwerz, pass annahme un schüss 10 min



Puck kontroll →

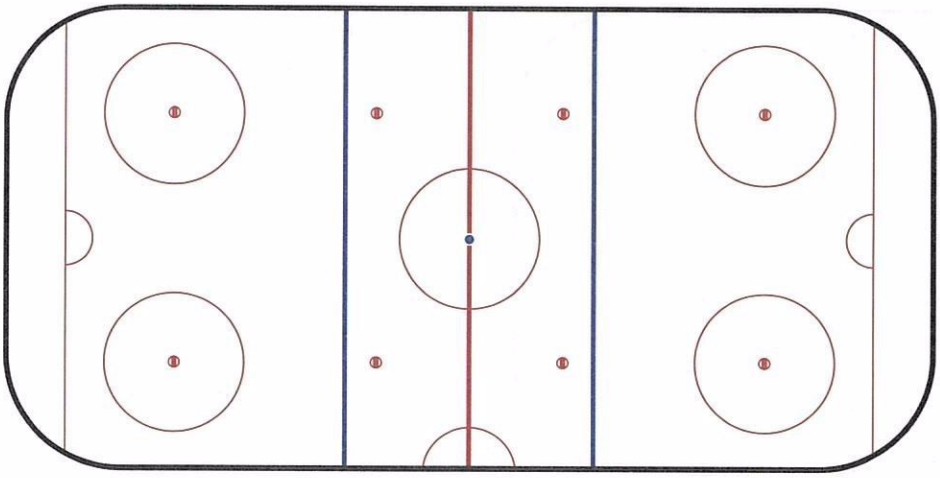
→ technische elemente

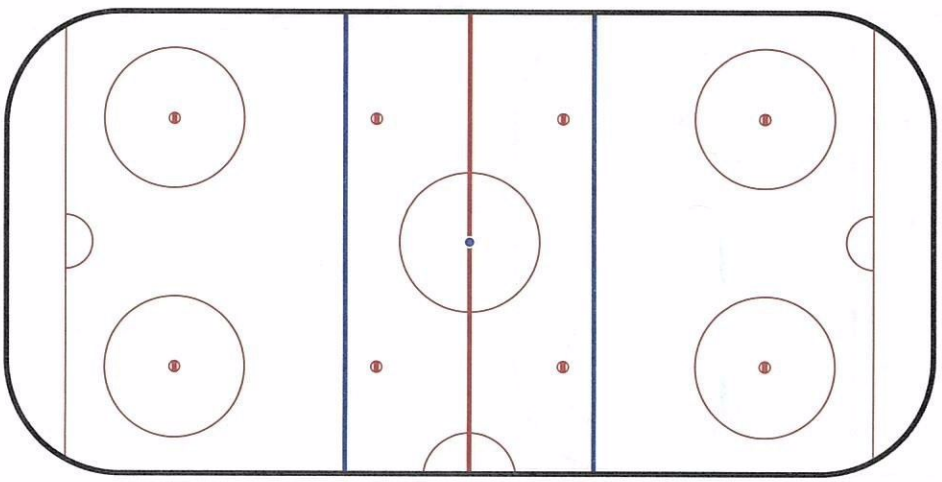
10min



Spiel 3-3 oder 4-4

10min



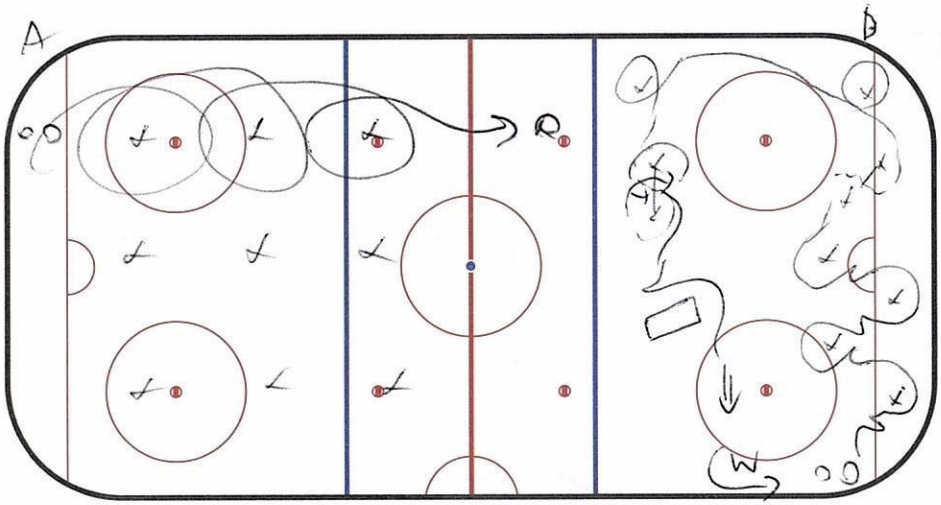


TEAM: U11

DATUM: 7.9.22

TRAINER: Domi, Martin

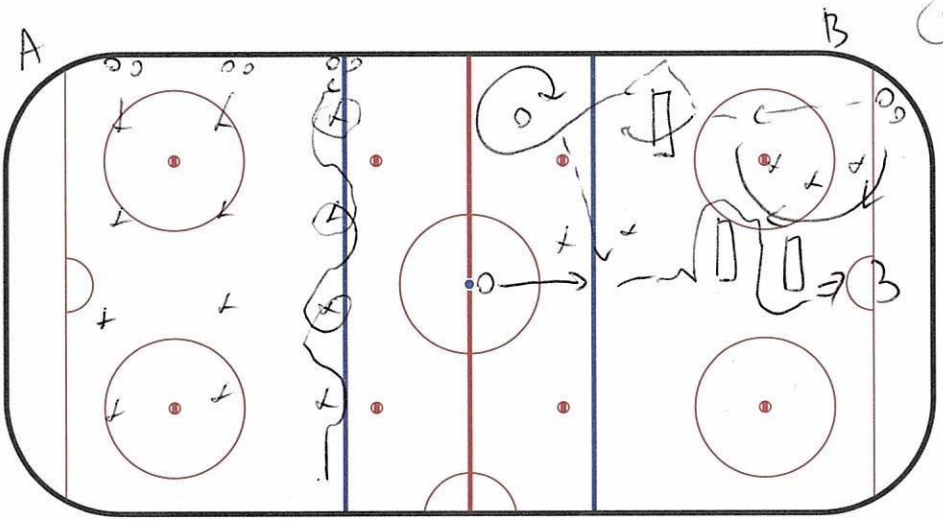
TRAININGSPLAN



① A Skating grober Umfang kardiel/Übersicht VW/RW

B Parcour

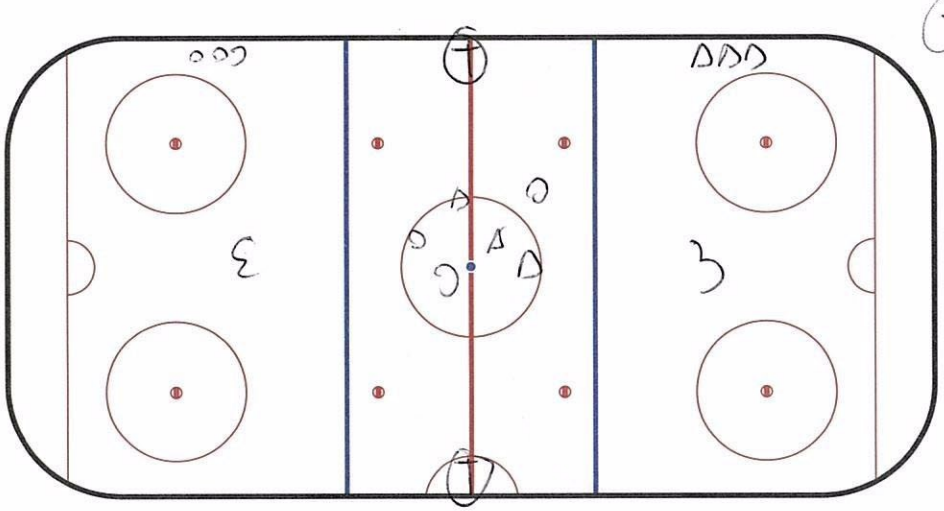
2 × 10 min



② A Stickhandling Bögen VW/RW

B Parcour Passen

2 × 10 min



③ Spiel 3:3 + 2 Joker (Trainer)

15 min

TEAM: U11

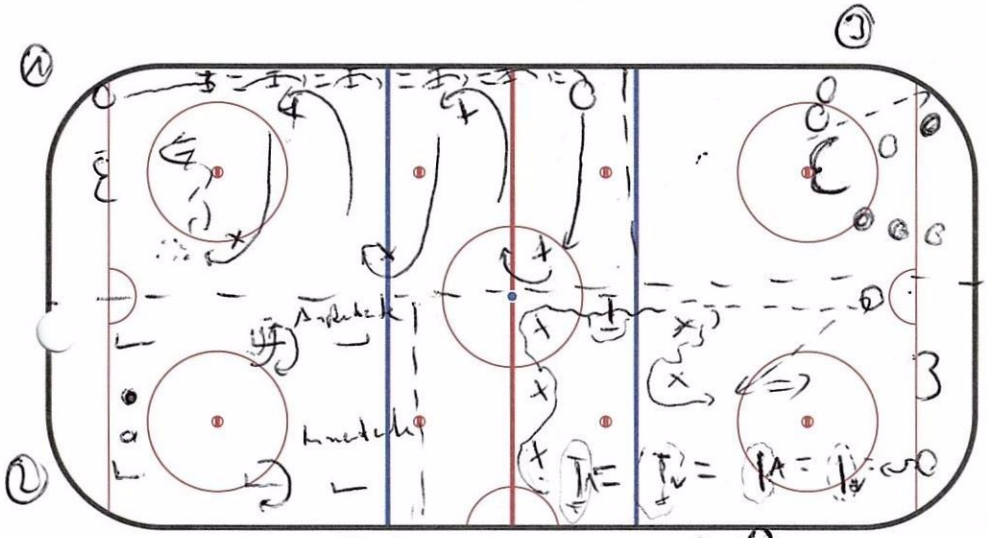
DATUM: 02.08.22

TRAINER: Markus + 2 Helfer

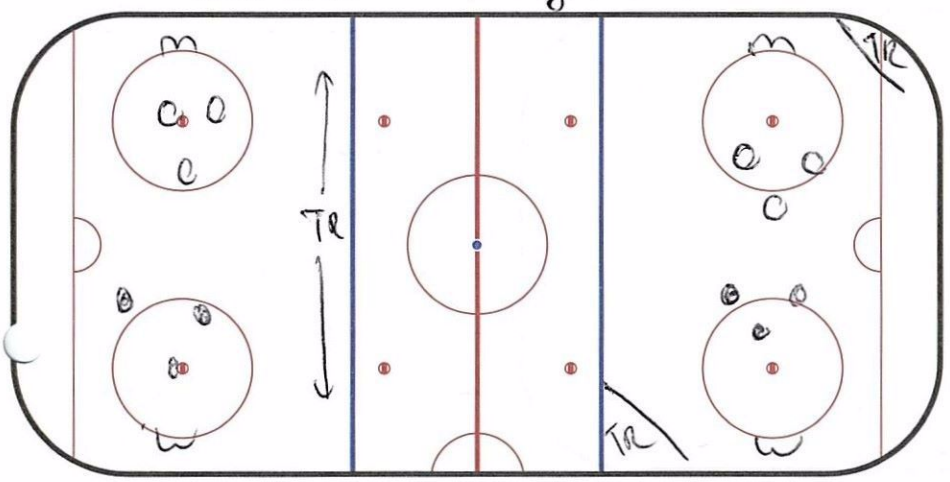
ET 15³⁰ - 16³⁰

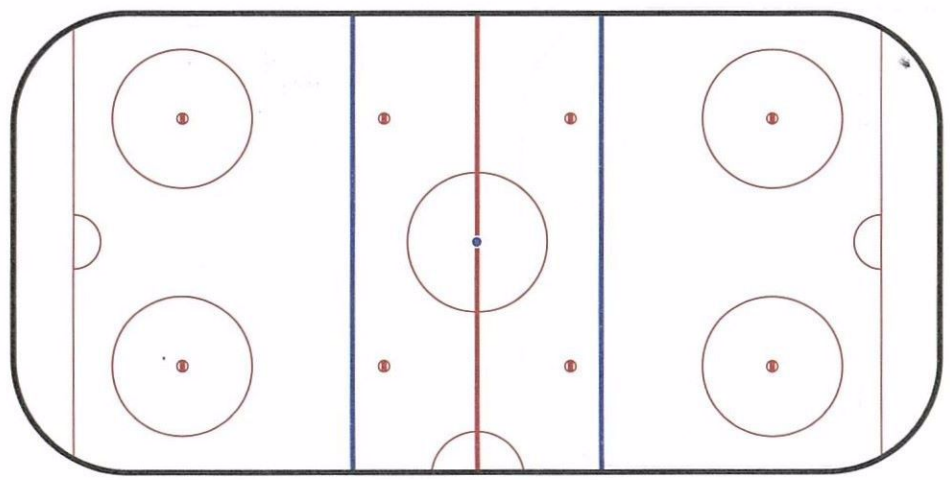
TRAININGSPLAN

Stationsübung (1-4)
jede Station 8-10 Min
zum Schluss
Kleinfeldspiel
- 1 Joker TR an der blauen Linie
- 2 Joker TR Offensive in der Ecke



zum Schluss Kleinfeldspiel ④





① - Canadier tief
- Innenkante einbeinig
- Außenkante einbeinig
bei den Hindernissen
VV - VV springen

② Warm up
- Fangenspiel 1-1
der gegnerische Schläger darf
Laufstechnik über den
- eigenen Schläger springen
Innenkante landen
Canadier einbeinig
- Außenkante landen

③ 1-1

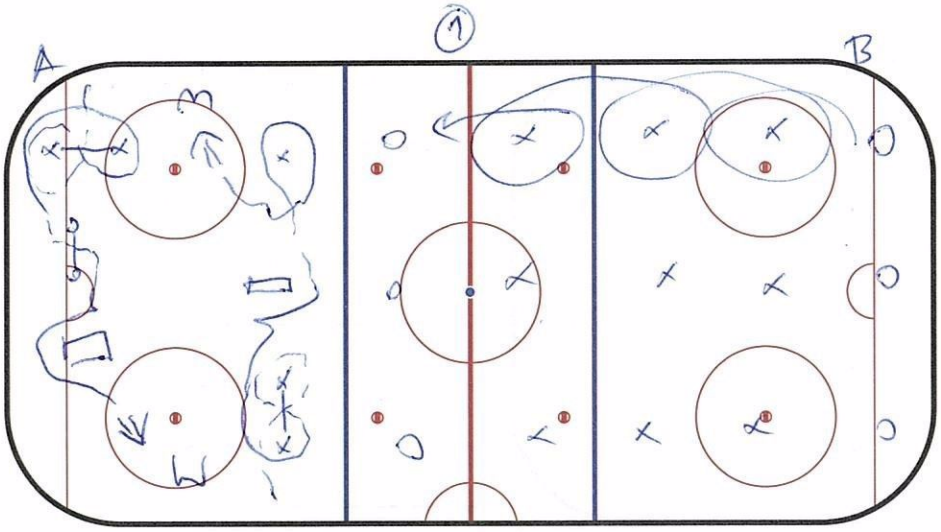
④ Stocktechnik
Puckführung
lange Hand VH - RH
L-H - VH
um das Hindernis

TEAM: U11

DATUM: 5.9.22

TRAINER: Martin, Joe

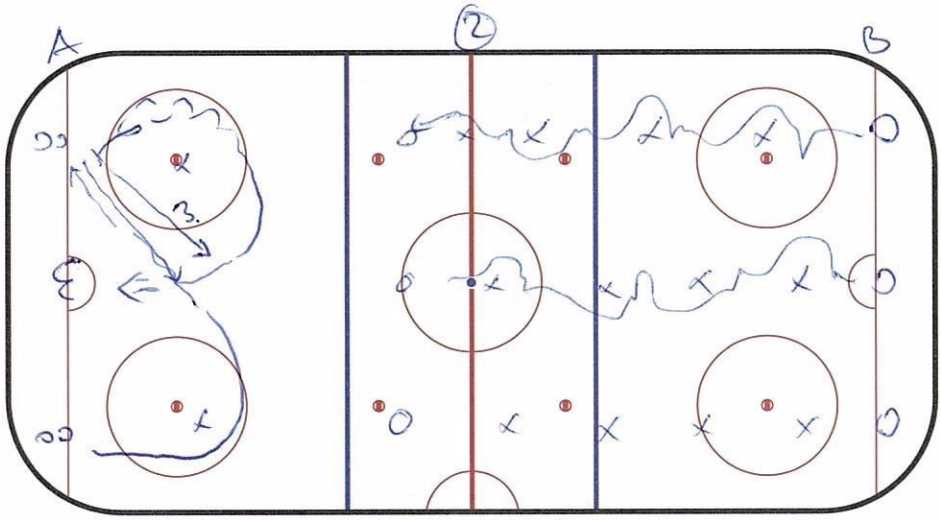
TRAININGSPLAN



A Parcour mit Sprüngen

B Skating ABC

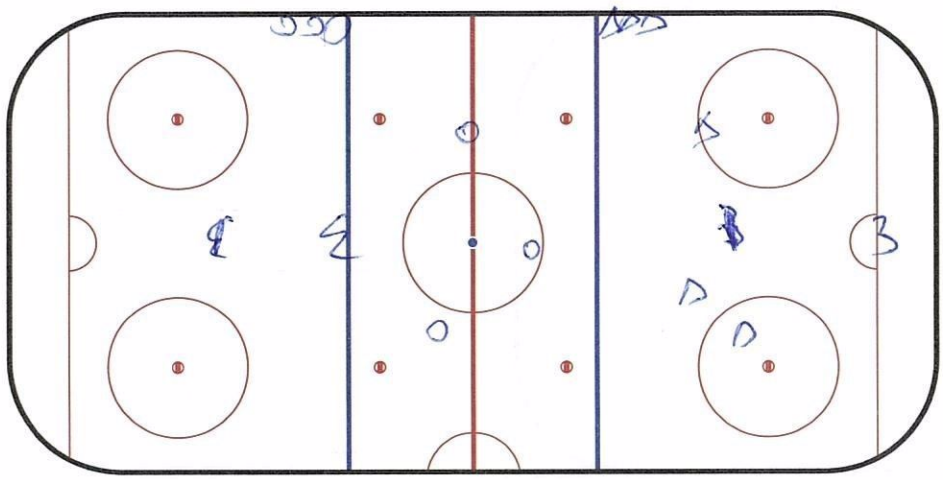
2 x 10 min



A Passen/Anbieten

B Stickhandling ABC

2 x 10 min



Spiel mit Absatz

40 x 30 m

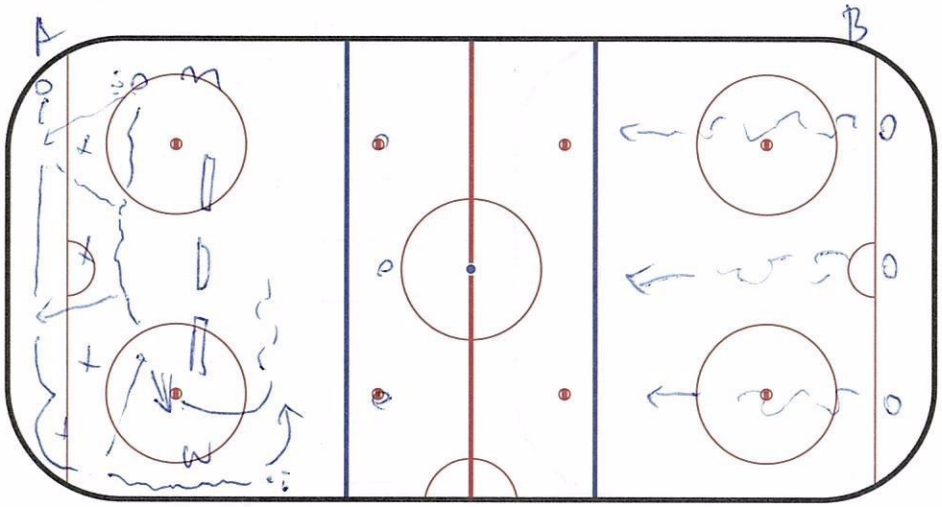
15 min

TEAM: U11

DATUM: 6.9.22

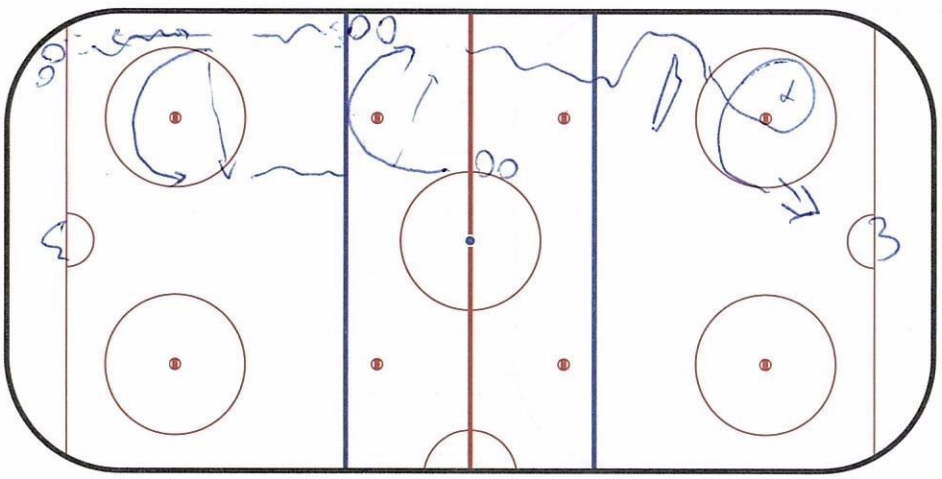
TRAINER: Martin, Joe

TRAININGSPLAN



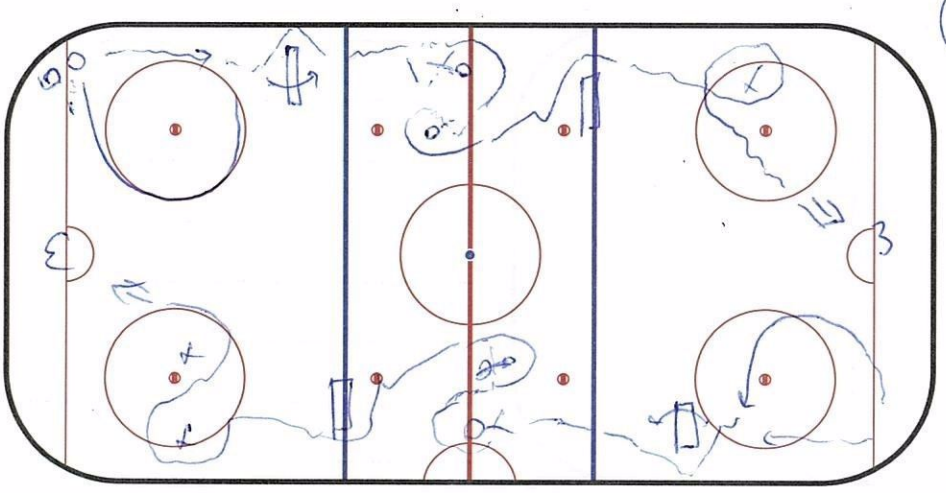
① A 2:0 / 1:1
B Skating
RW Laufen / Drehungen

2x 10 min



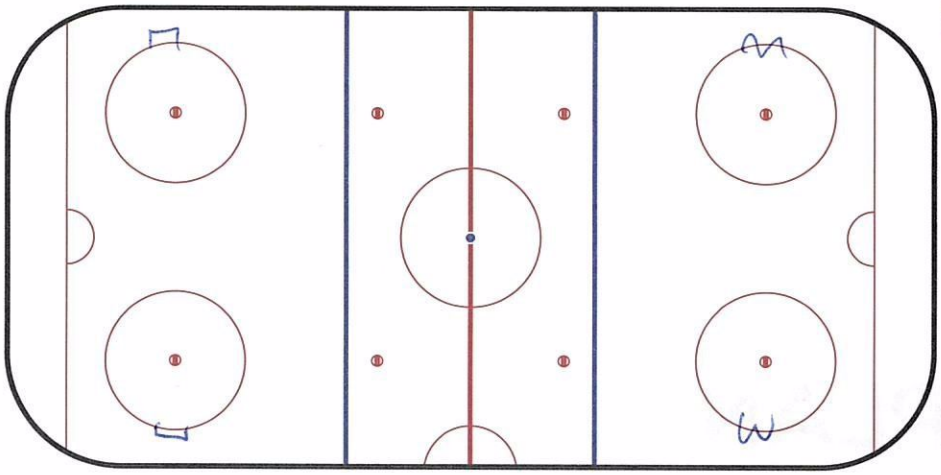
② Pendelstafette
1:0

10 min

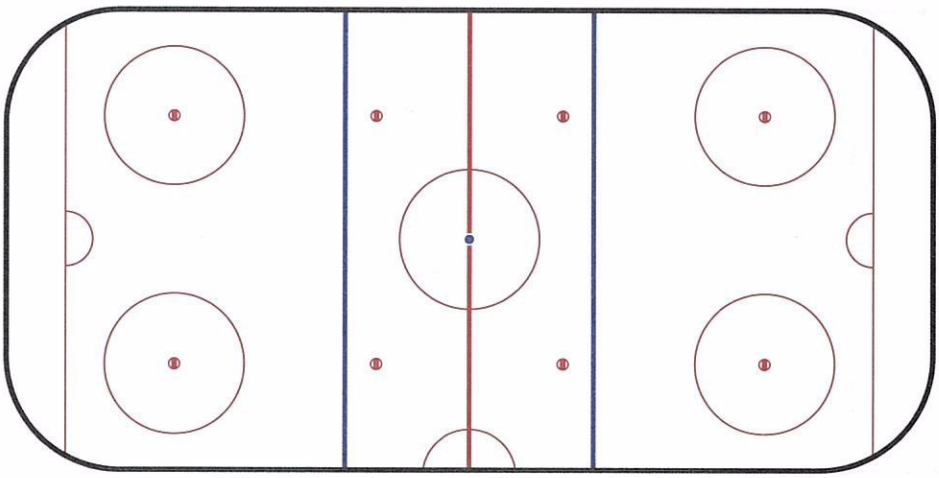


③ Parcour mit Pkt
1:0

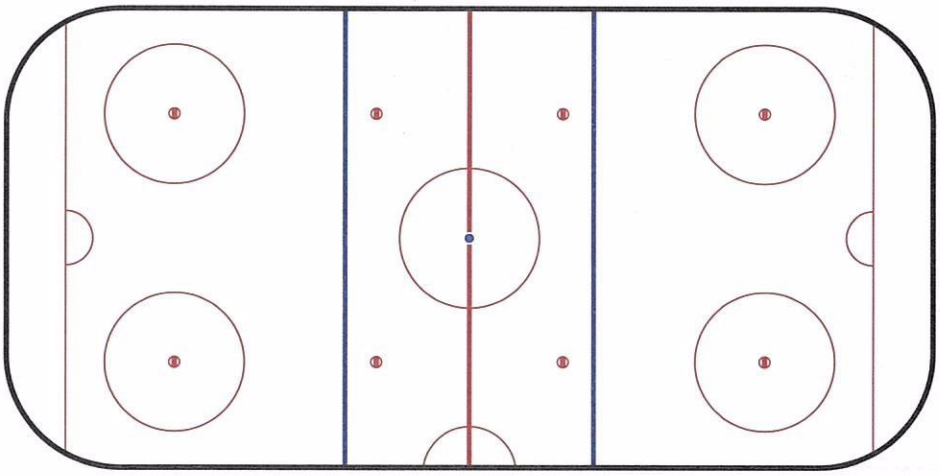
10 min

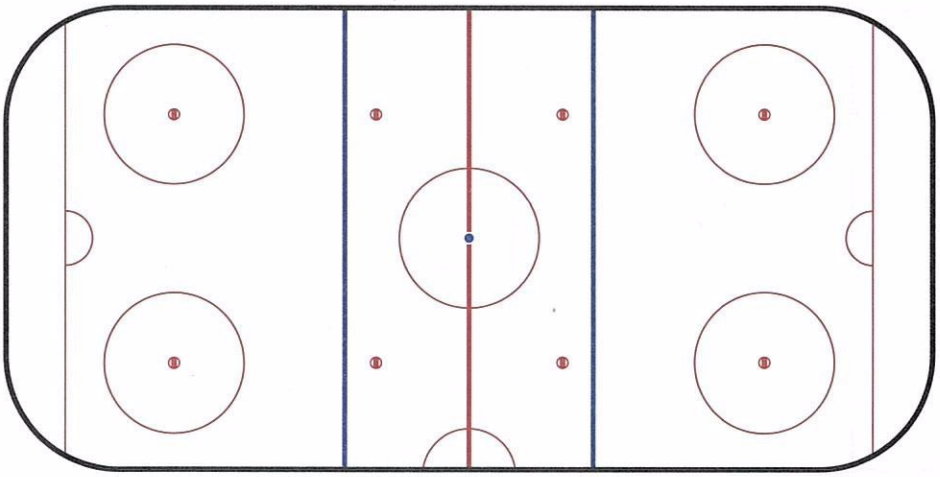


④ Spiel Kleinfeld
3:3
10 min



③ Spiel Grossfeld
10 min
5:5



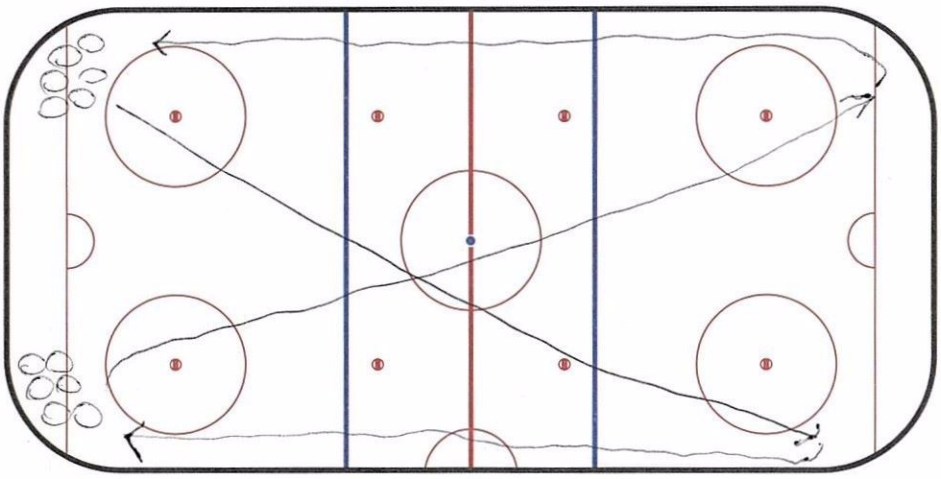


TEAM: U11. 14:10-15:10

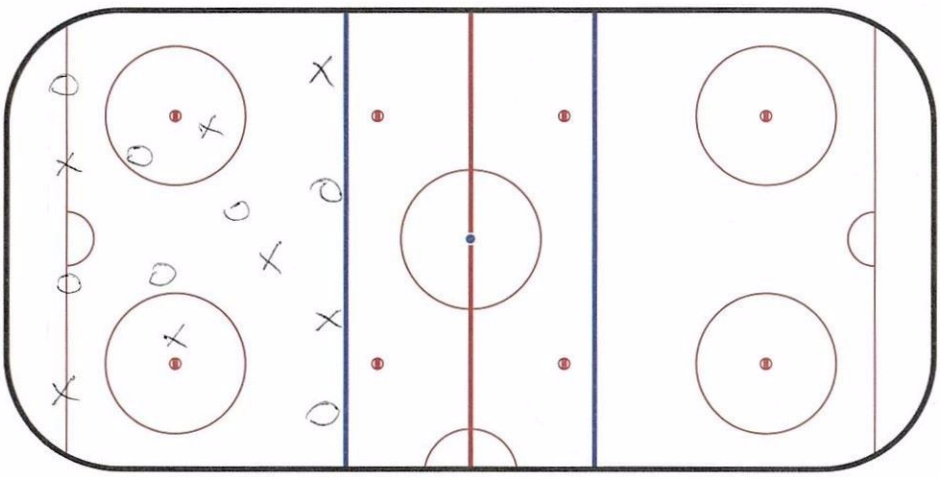
DATUM: 7.9.2022.

TRAINER: Yuri, Joe.

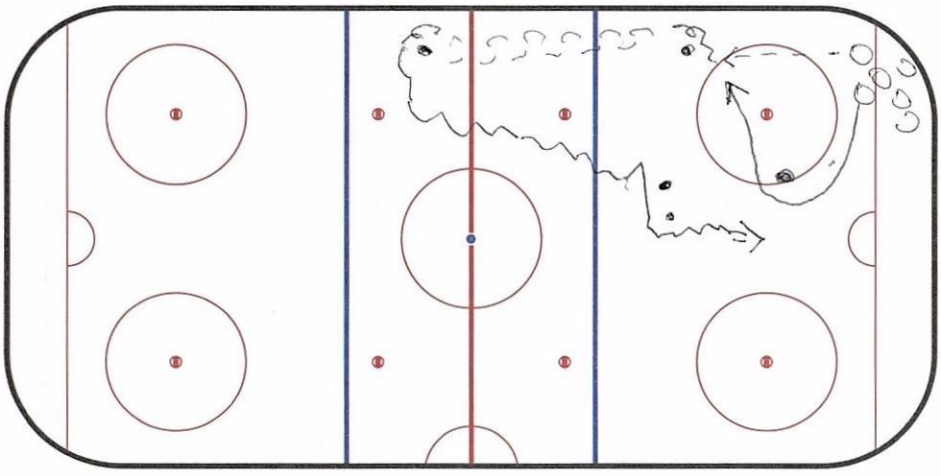
TRAININGSPLAN



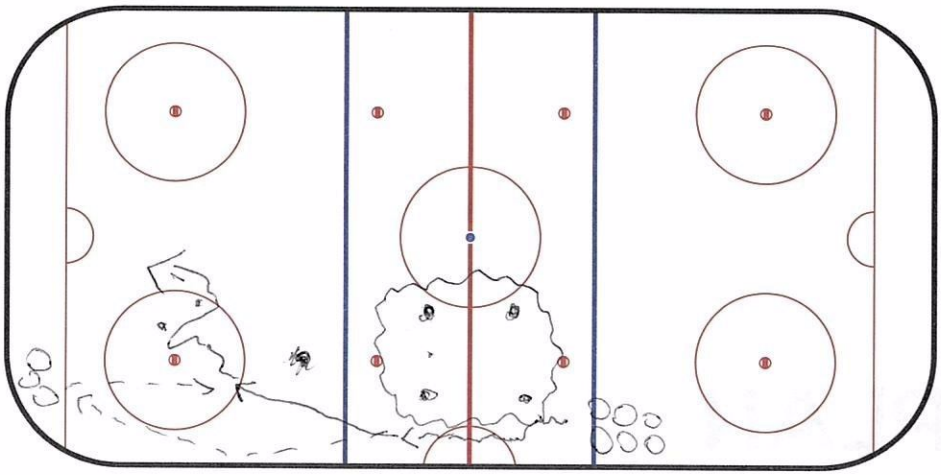
eislaufen übersetzen
Aufwermen
5-7 min



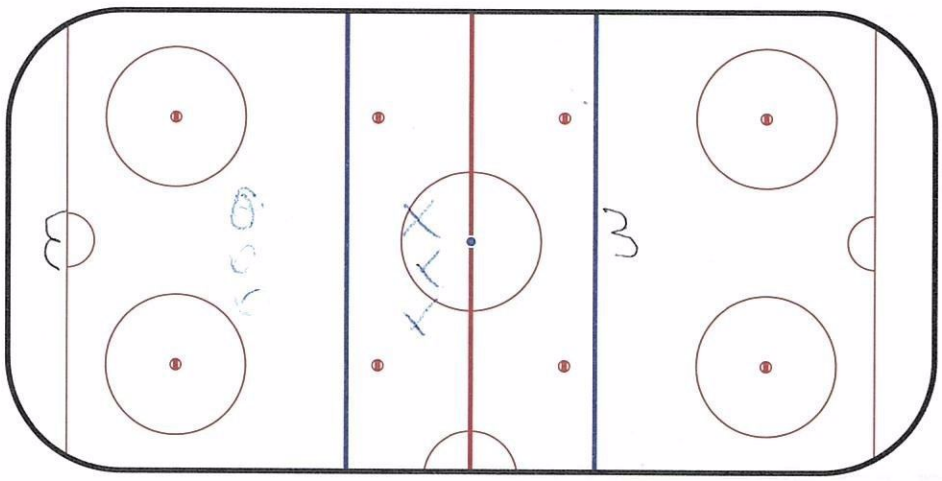
Spiel Rugby mit
passen zum eigenen
Hilfer.
8 min



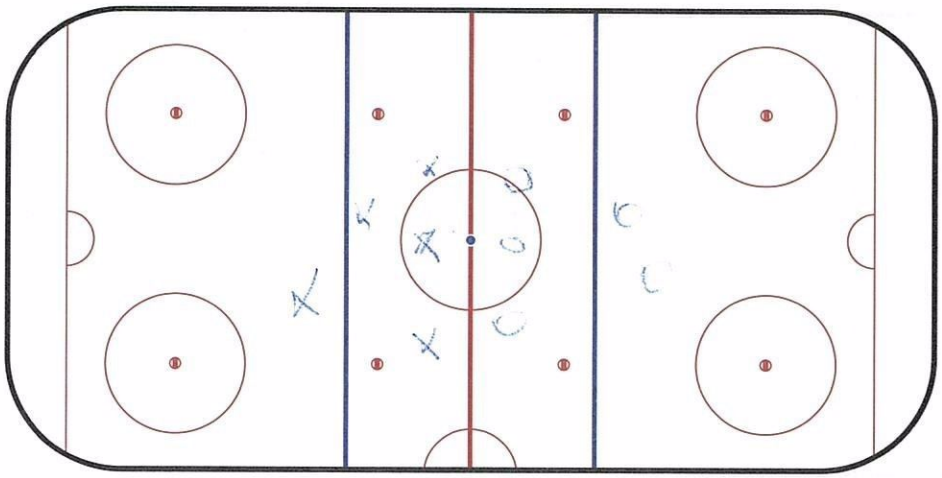
1) Übung mit eislaufen
vorwärts auf Rückwärts
mit pass annahme.
10 min



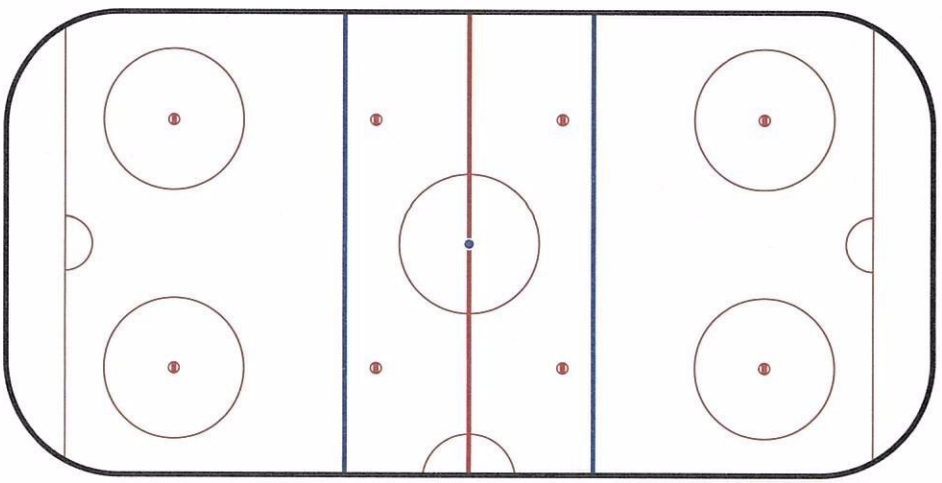
3) Übersetzen mit
Puck → Pass über Bande
→ Pass zurück annehmen
→ Schuss
10 min



Spiel mit eine
Blau als Auf seit
3-3 oder 4-4, 10 min



Spiel ganze eis
4-4 oder 5-5.

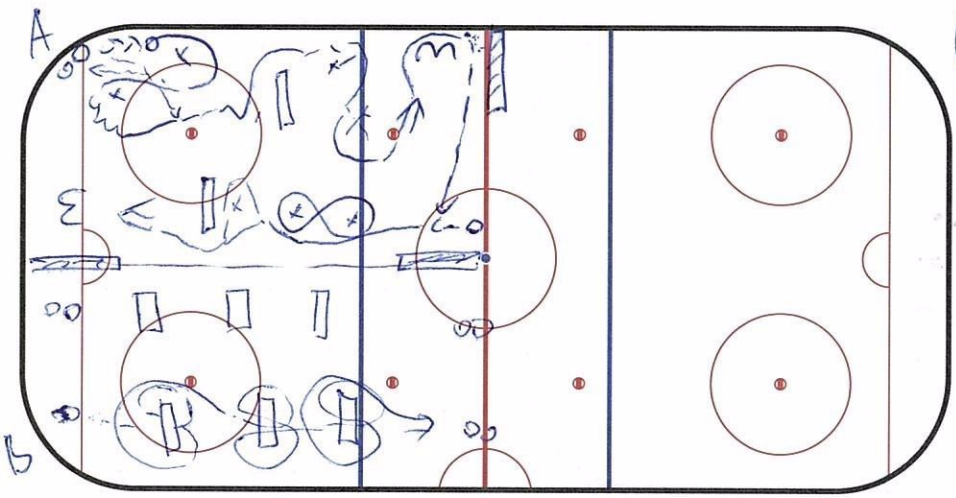


TEAM: U11

DATUM: 13.9.22

TRAINER: Martin, Coré

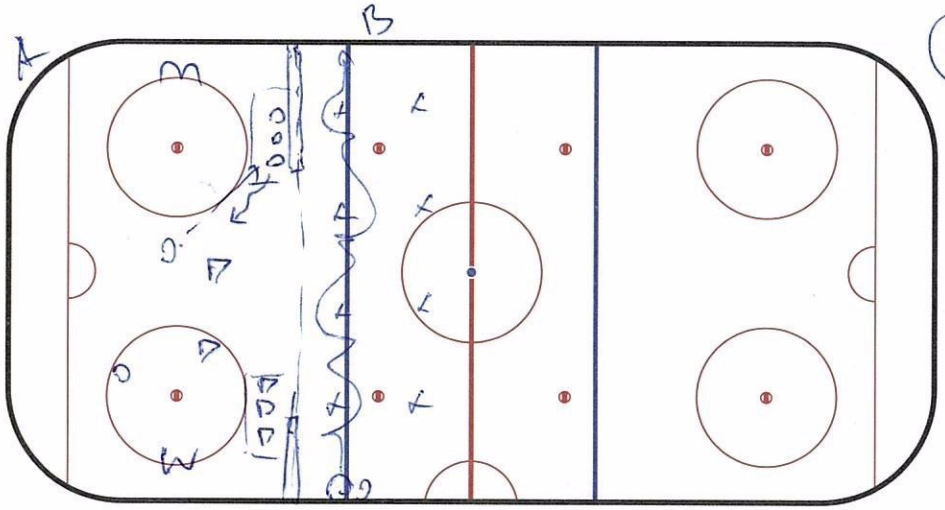
TRAININGSPLAN



1. A Parcour mit Pässen
→ Körpertäuschung

B Skating ~~Übes~~
Springen

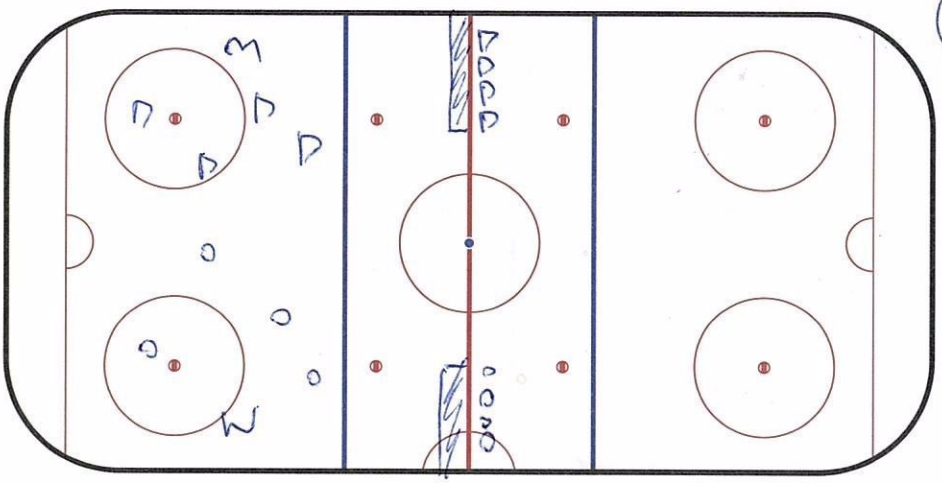
2 × 10 min



2. A Spiel 2:2 + Joker
→ Spiele darf nur dann kommen bei Pass
→ Bei Scheibenverlust zurück

B Stickhandling

2 × 10 min



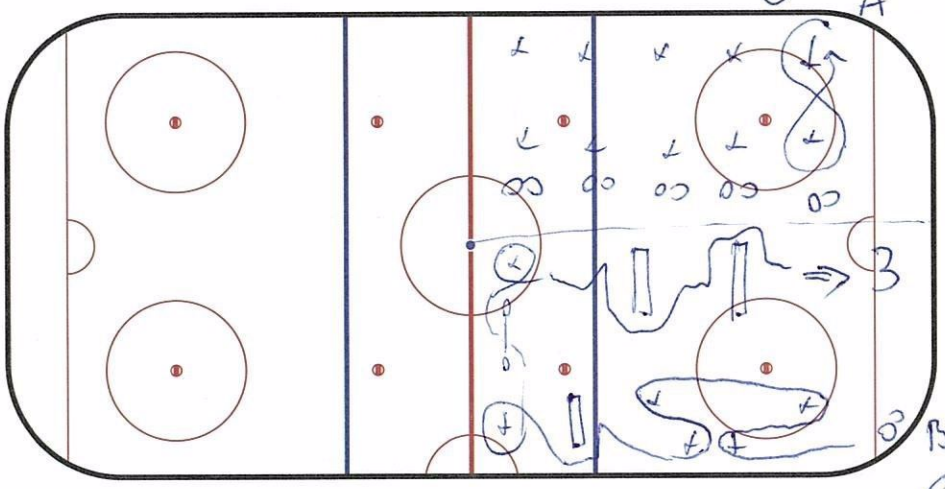
3. Spiel 4:4
→ Laufen
→ "Das Haus" klären
→ Pass über außen

TEAM: U11

DATUM: 15.9.22

TRAINER: Martin, Joe

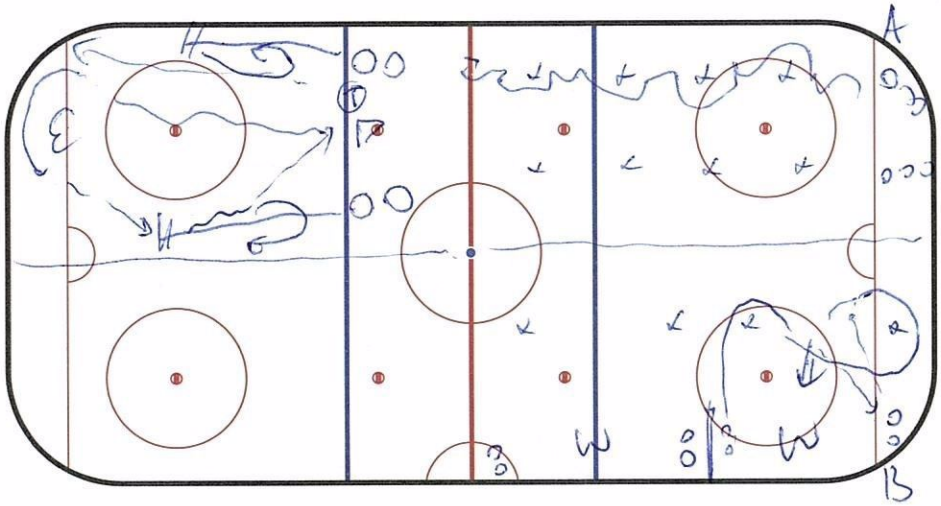
TRAININGSPLAN



1
A Achter IK/AK vw-rw

B Parcour

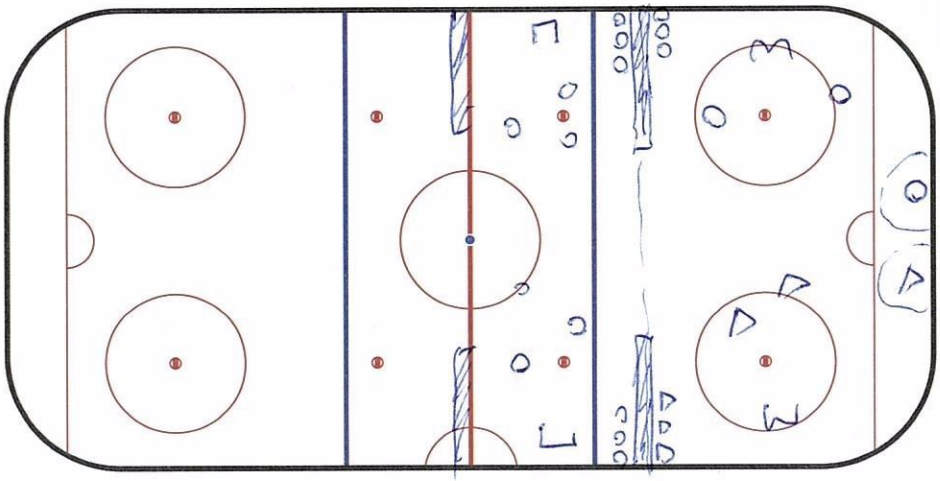
2x 10 min



2
A Laufen mit Scheibe

B Pässen, Schuss

2x 10 min



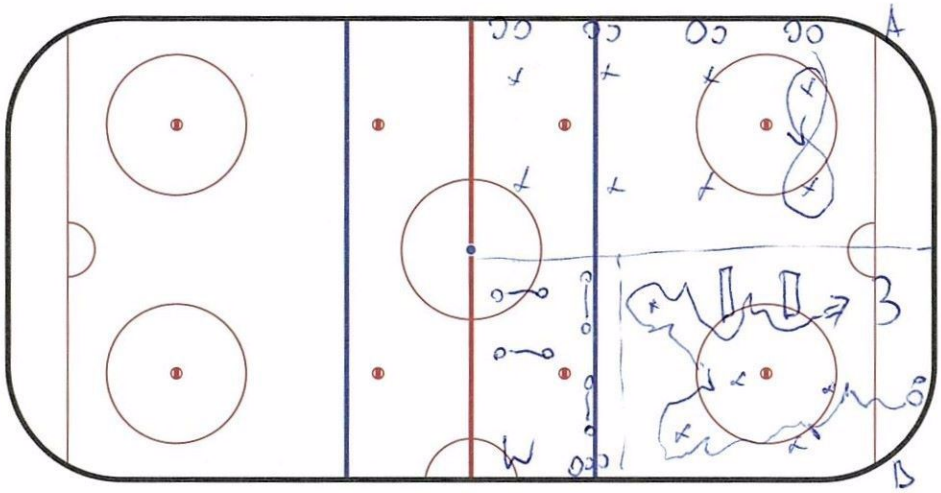
3 Spiel
2:2 + Joker

TEAM: U11

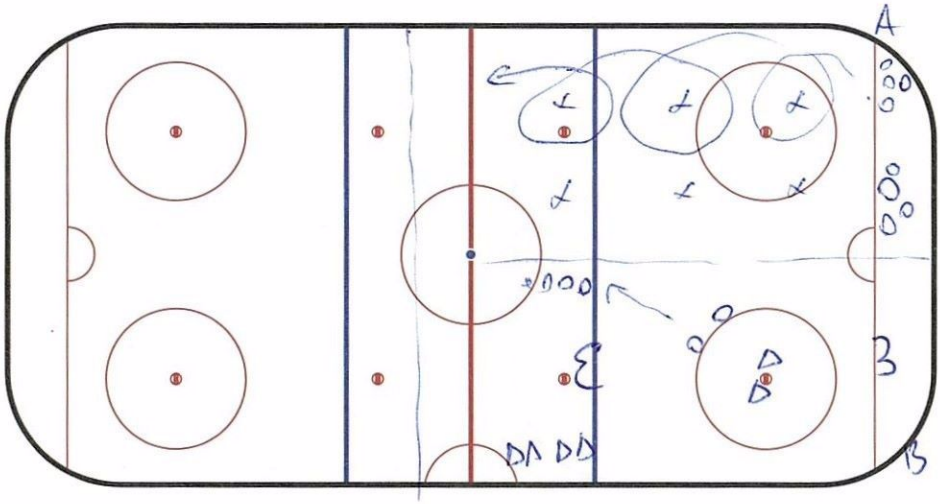
DATUM: 20.9.22

TRAINER: Martin, Markus, Soe?

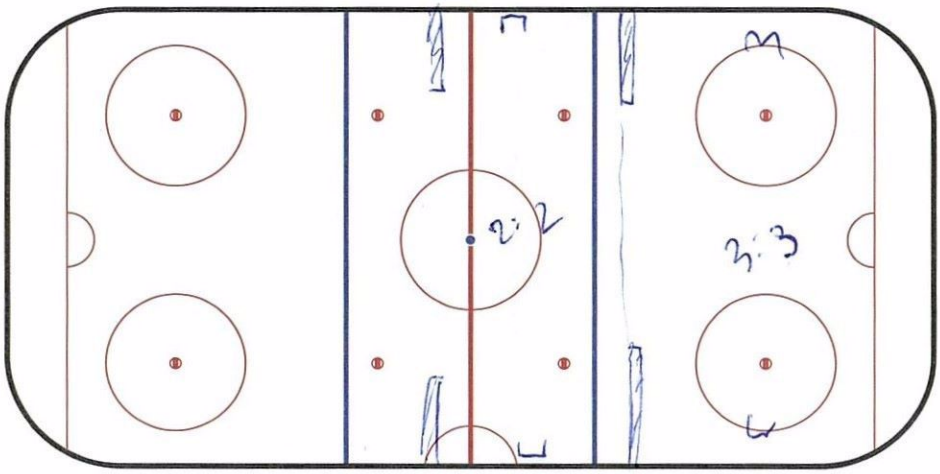
TRAININGSPLAN



A Edgework
B Stickhandling



A laufen mit Scheibe
B Spiel mit Sote
2:2 + 1

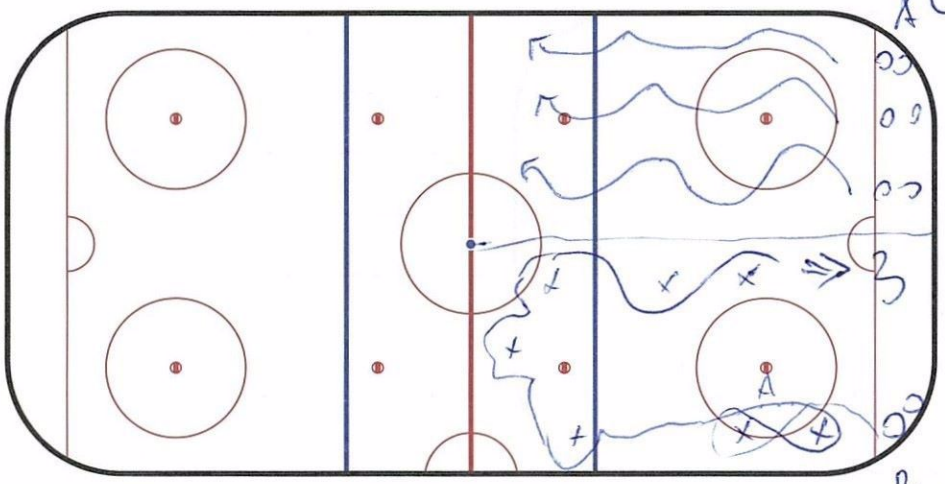


TEAM: U11

DATUM: 22.9.22

TRAINER: Martin, Joe

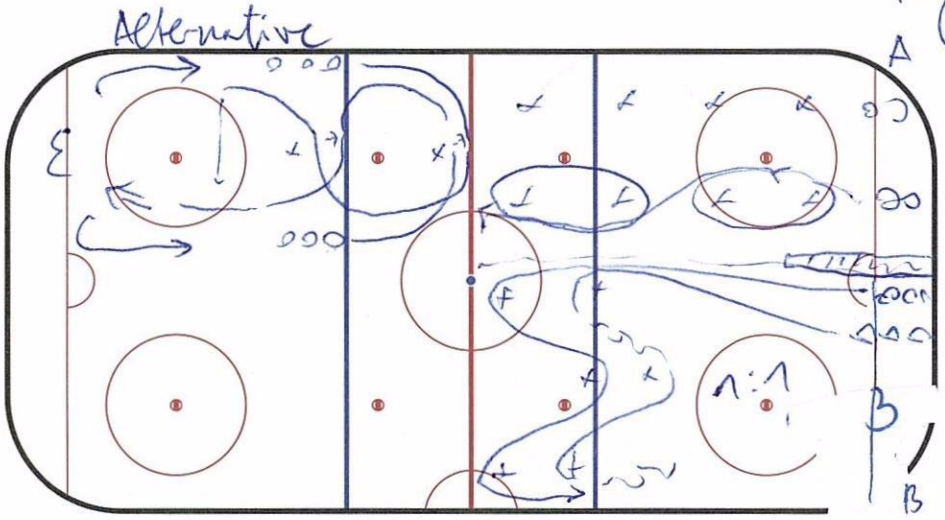
TRAININGSPLAN



① A Skating

B Laufen mit Scheibe
Tempo
nach 5 min Seitenwechsel

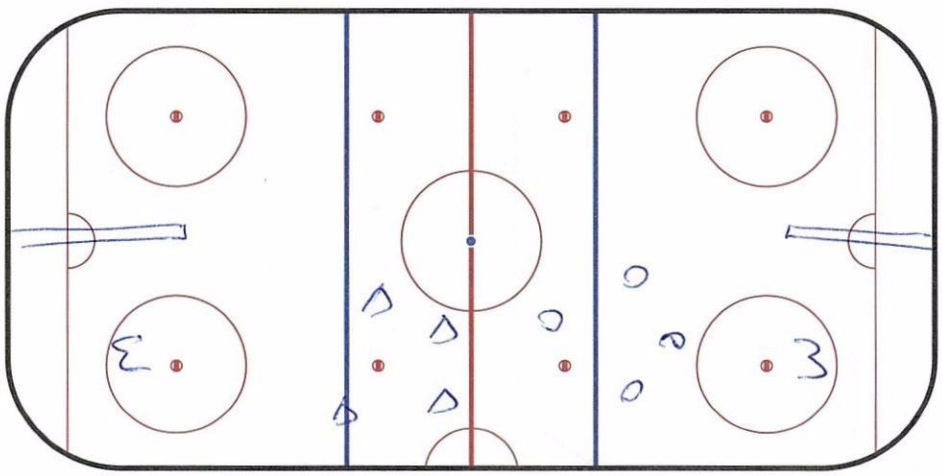
2 × 10 min



② A Fahren mit Scheibe

B 1:1 Abholen

2 × 10 min



③ Spiel lang

15 min

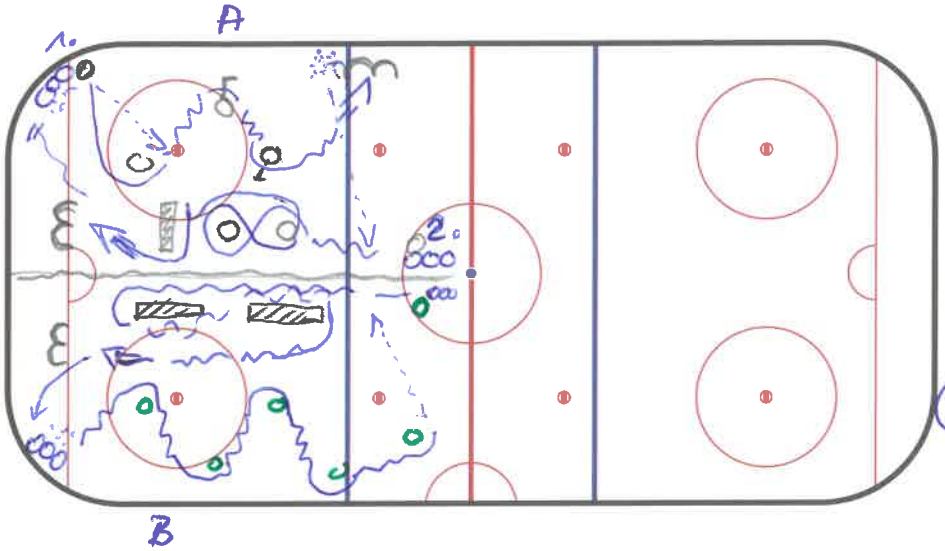
Eiszeit 60 min

TEAM: U11

DATUM: 21.9.2022

TRAINER: Cori + Pasta.

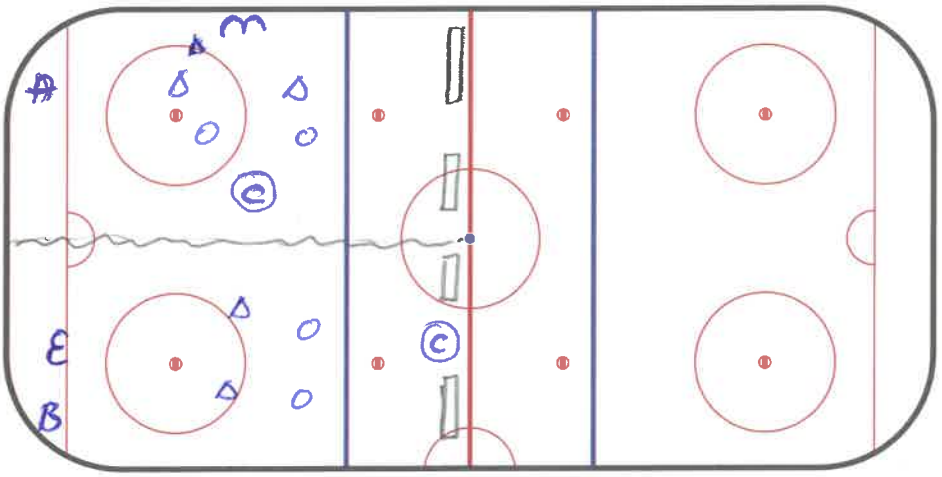
TRAININGSPLAN



(A) Zwei Gruppen.
1. startet bekommt Pass fährt Parg. x laden TORschuß Pass Gruppe 2.

2x 10 min

(B) Stick handling mit den 4 Eng. 2 halten 5x Arm auf Reihen.

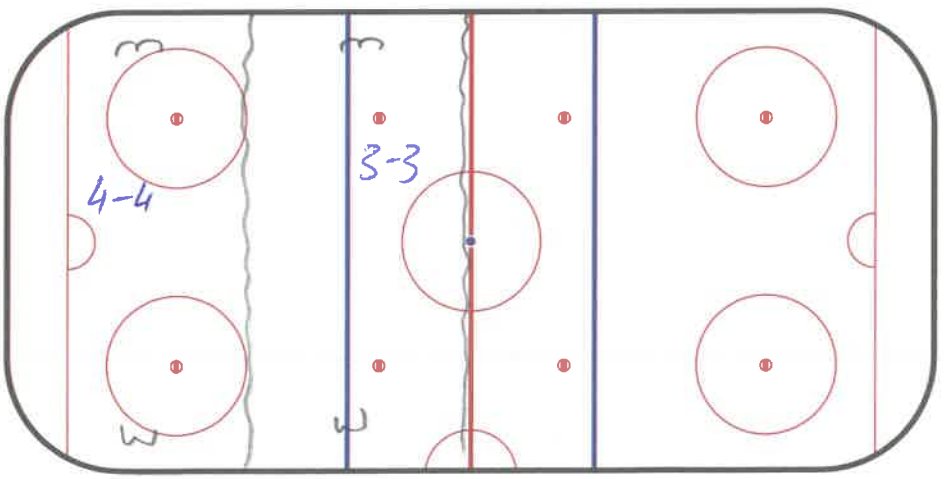


A 2-2 mit Joker Quer

2-2 mit Joker Hoch.

(C) Joker muß vor Torabschluß angepaßt werden.

2x 10 min



Abschluß-Spiel aufteilen je nach Anzahl Spieler und Farben.

TEAM: U11

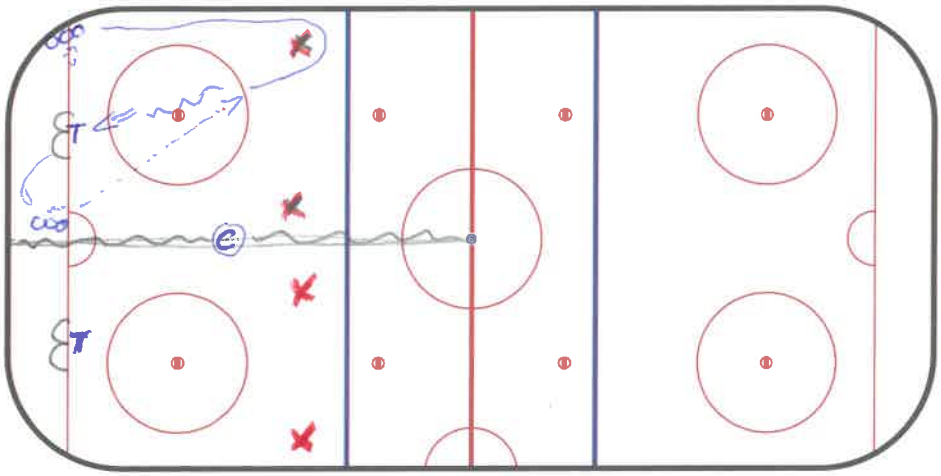
DATUM: 24.09.2022

TRAINER: COZI

TRAININGSPLAN

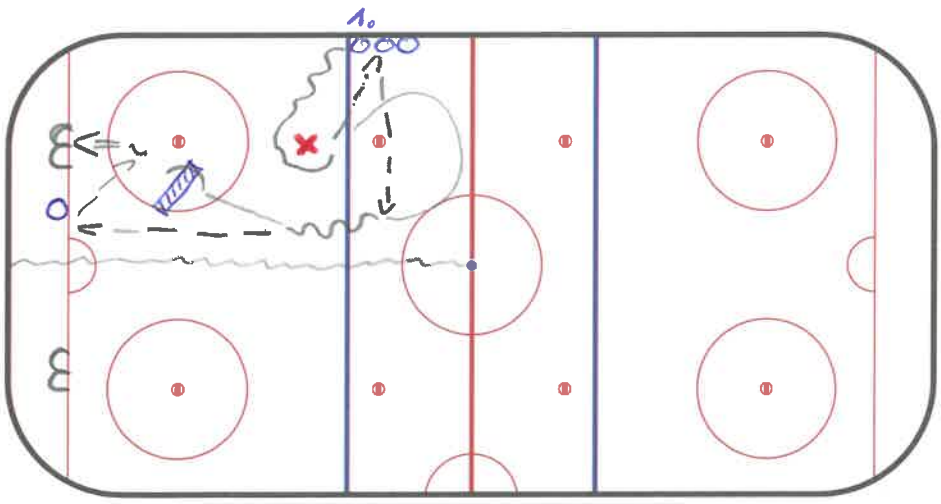
Trainigs Zeit Plan

- 10 Min Classig Warm UP
- 10 Min Diagon. Pass
- ~~10 min offene Anfahrt~~
- 10 min Joker Game
- Rest Spiel Großfeld!



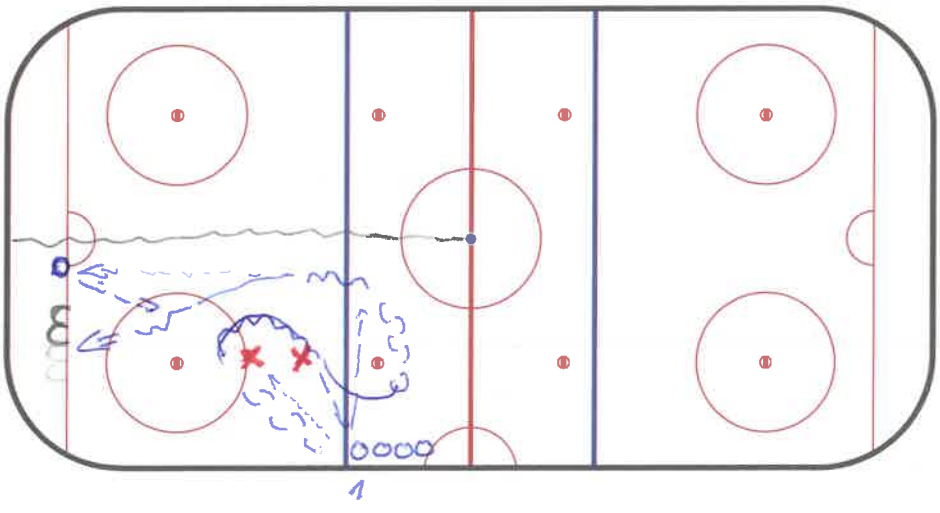
Classik Warm-UP auf beide Seiten - Spieler startet ohne Puck bekommt Diagonal-Pass mit Schuß aufs TOR

- 10 min -



1. Spieler Startet mit Puck fährt um Reihe und passt zurück. Dann Richtiges Anbieten und Pass zurück! Pass an Torlinie und Sprung über Bande. Pass zurück und Torschuß!

-10 min



1. Spieler startet Rückwärts und bekommt Pass. Um Reihe Pass zurück Offenes anbieten im Rückwärts Lauf. Pass an Torlinie mit Pass zurück TOR-Schuß.

E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11.

DATUM: 28.09.2022

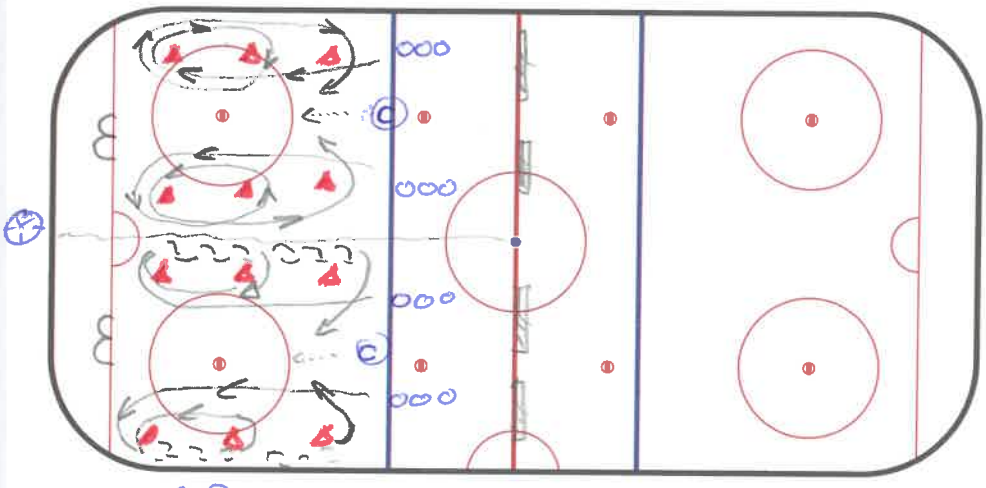
TRAINER: Cori + Pasta.

TRAININGSPLAN

Training Zeitplan.

- 10 min Kampf um Scheibe
- 10 min Drop Pass
  10 min 1-1
- 10 min 1-1
  10 min Drop Pass
- = Spiel 10 min Buffalo Gaks

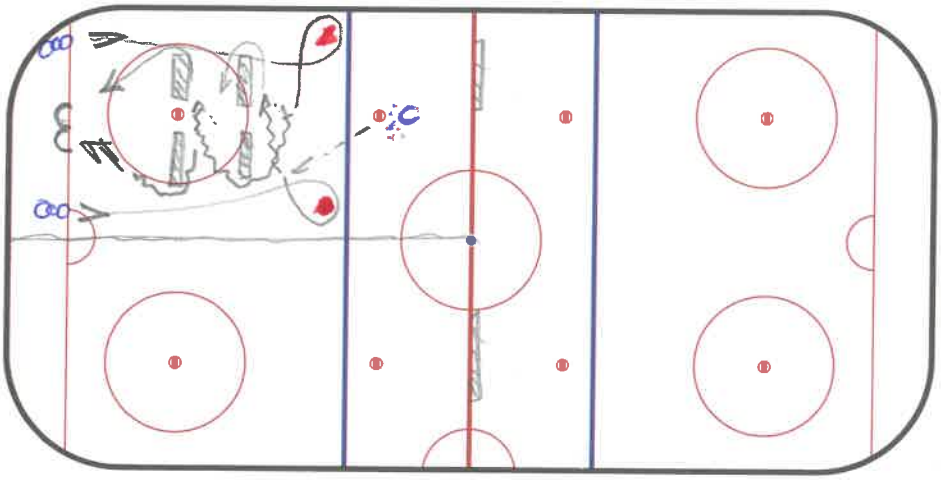
1 Runde



Kampf um den Puck.

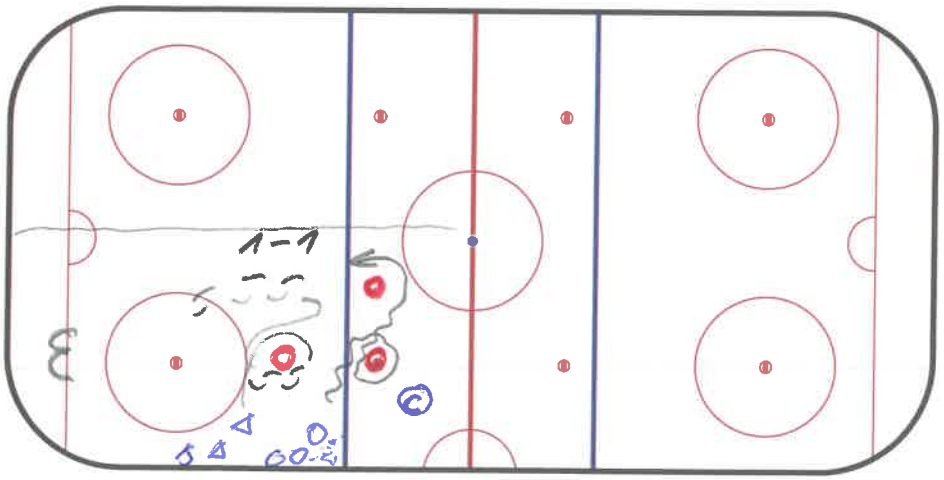
- Erste Runde alles Vorwärts. © Spielt Puck in mitte
- Zweite Runde Blicke immer zur Uhr!

2 Runde



Drop Pass

Spieler starten gleichzeitig aus Ecke um den Reifen. Dann Pass von © Spieler mit Puck Drop Pass mi gegn. "Nach Schuß" vor dem TOR



Transition Skate

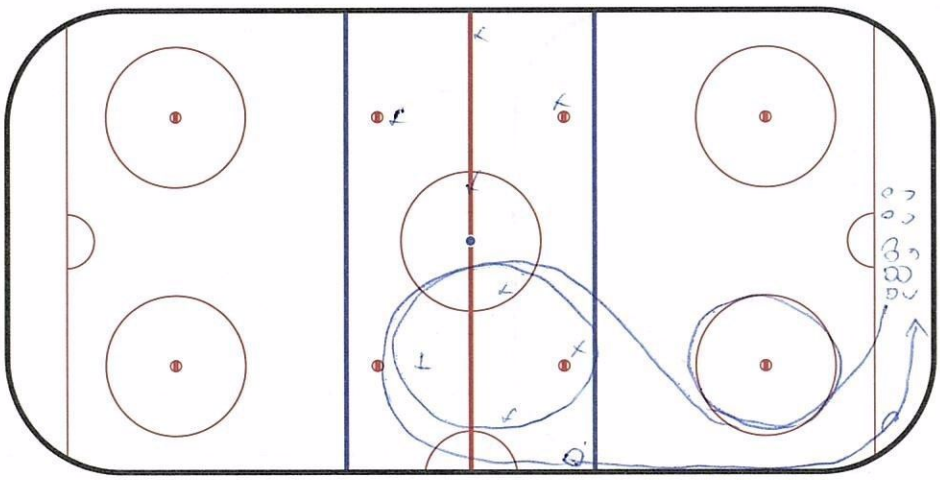
Spieler mit Puck Startet um Reifen Verteidiger zeitgleich um 2ten Reifen Vor.-Rücke. Stürmer um zweiten Reifen dann 1-1

TEAM: U11

DATUM: 29.9.22

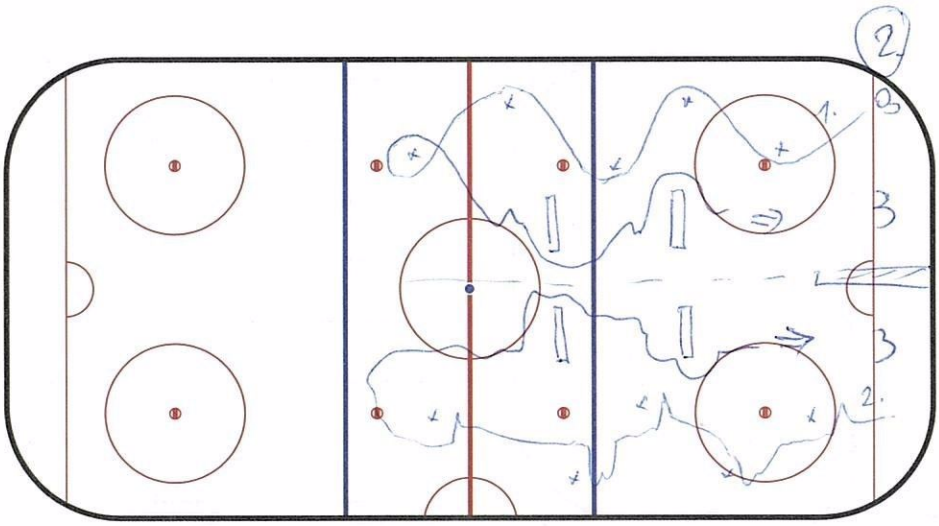
TRAINER: Joe, Edi

TRAININGSPLAN



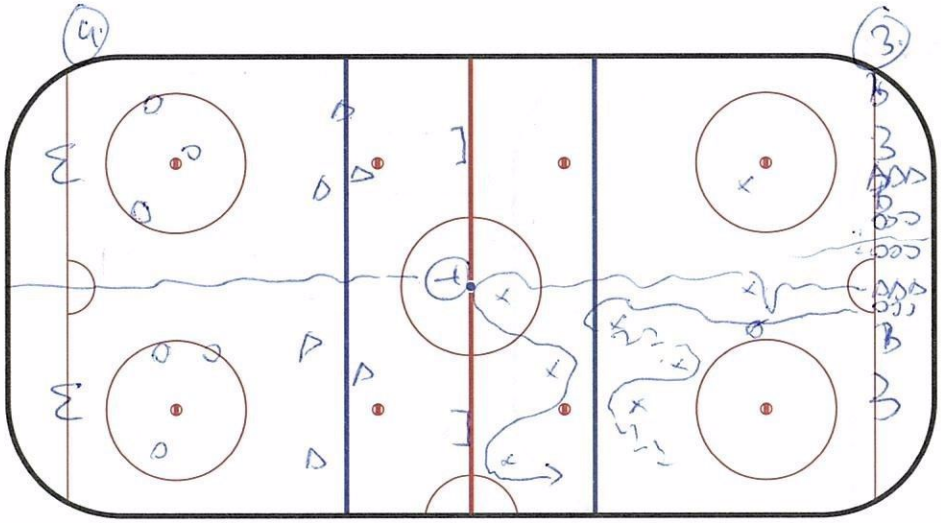
1. Laufen ohne Scheibe
- Überschen 3× VW
- -"- 3× VW/HW

10min



Laufen mit Scheibe
1. Gegnerin abdecken
2. Überschen
3. Pake nach innen

15min



1:1 Abholen
15min

4. Spiel Läng
3:3 Beide Seiten

15min

E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

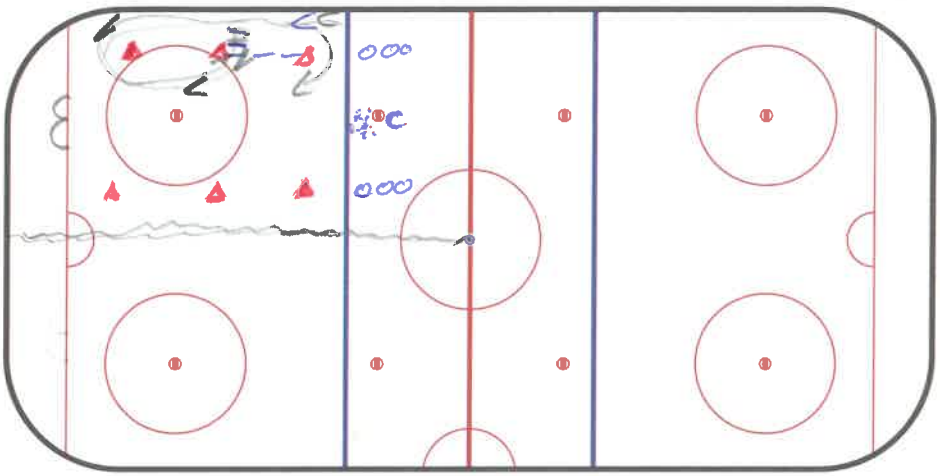
DATUM: 3. Okt.

TRAINER: Cori + Martin + Mauro

TRAININGSPLAN

- 5 min Warm UP. Rot Blau Rot 4x mit Bremse TW. Normal.
- 3 Stations Training Je -10 min-
- Spiel auf's Grossfeld mit Unterbruch (Position)

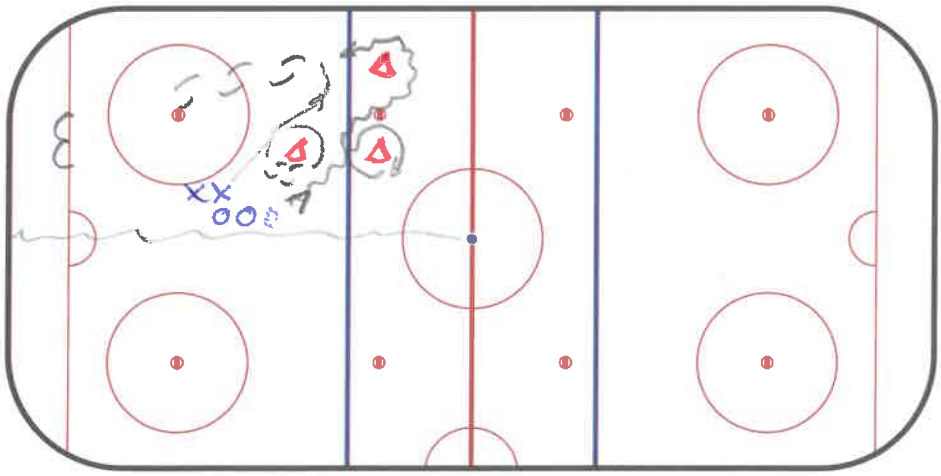
A



A

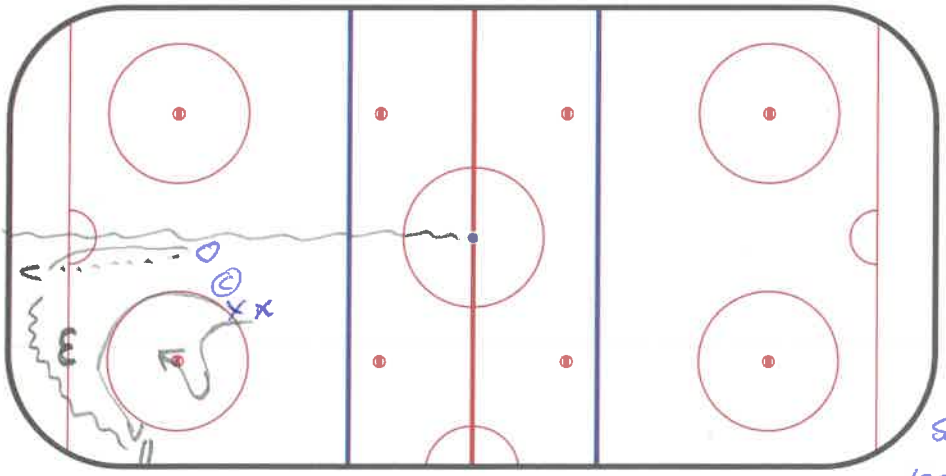
Kampf um Scheibe. Start an Blauer Linie mit Bremsen. um zweiter Pylone. TOR - Schuß

B



Transition - Skate - Angling

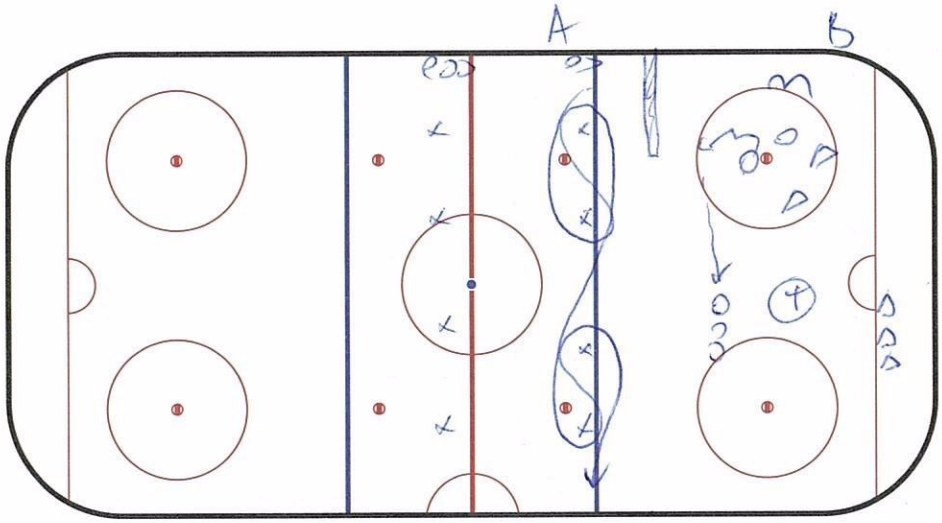
Stürmer startet mit Puck. ~~und~~ Verteidiger startet gleichzeitig. Stürmer fährt um erste Reihe Verteidiger Symb. dann 1-1 auf TOR



1 v 2. Forecheck. O startet mit Puck an Bande. fährt hinters TOR und muß die Blaue Linie erreichen Beide X sind Verteidiger sobald X den Puck hat 2-1 auf's TOR.

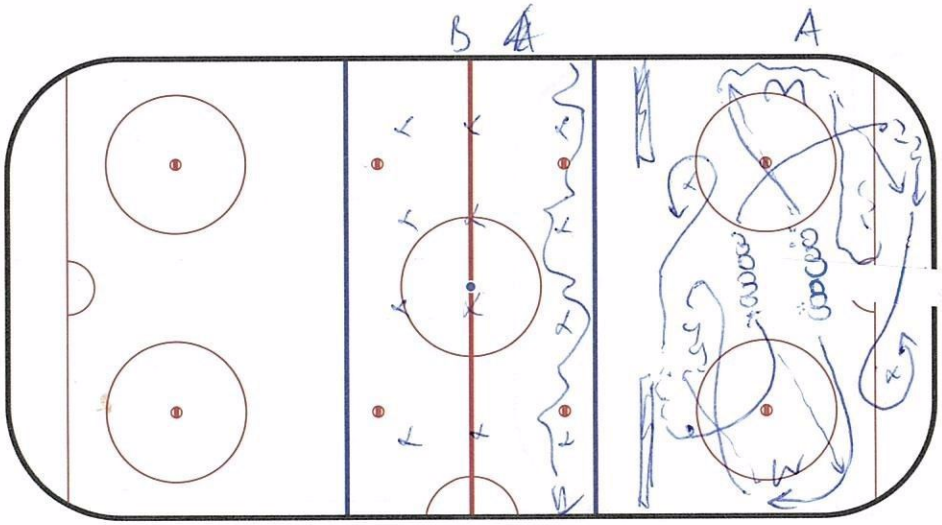
TEAM: U11
DATUM: 6.10.22
TRAINER: Martin, Sue

TRAININGSPLAN



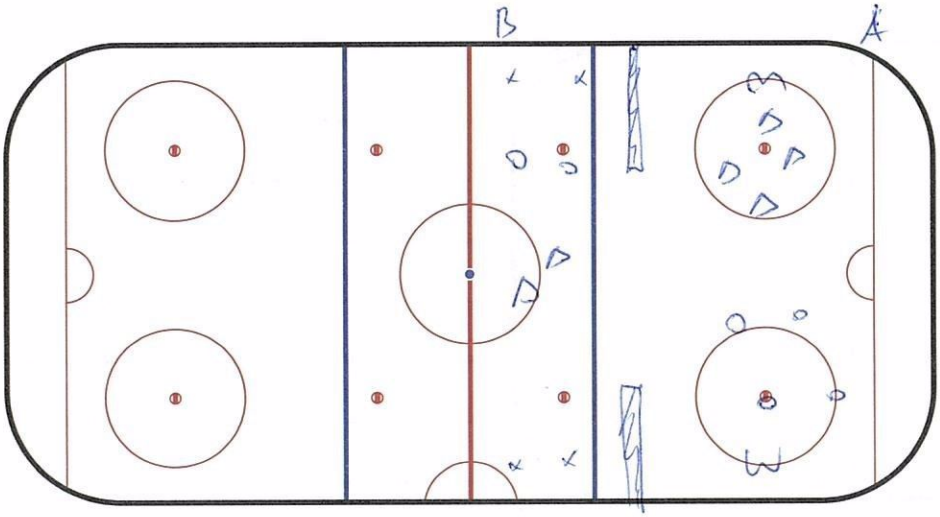
A Skating Innenkante/ Außenkante
Hip-Opener
vw/hw

B 2:2 mit Joker
→ Mann / Abschrecke
2 × 10 min



A Stickhandling
laufen mit Scheibe

B 1:1
Schläge / Abstand



A Spiel 4:4

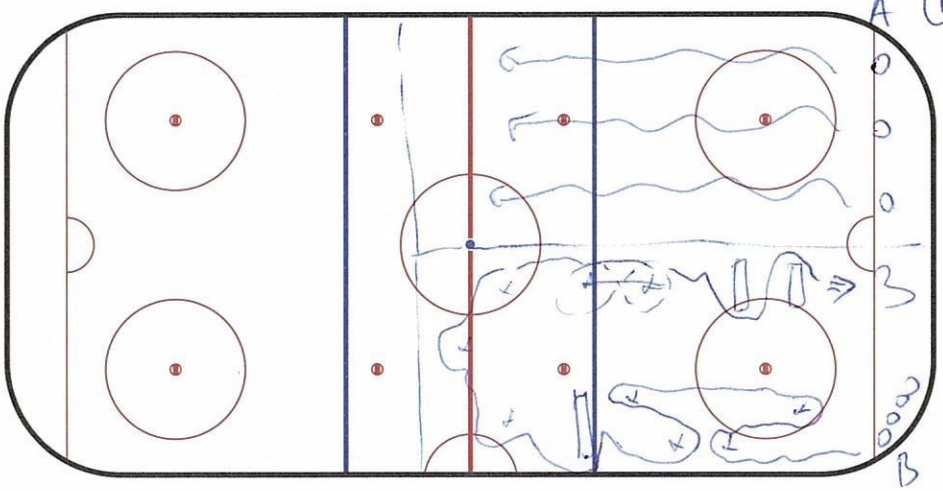
B Spiel 2:2

TEAM: U11

DATUM: 11.10.22

TRAINER: Martin, Pasta

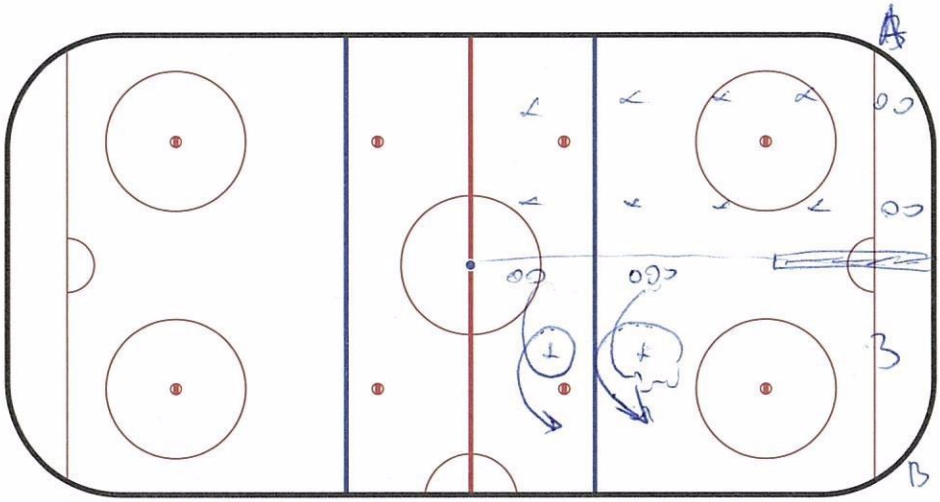
TRAININGSPLAN



① A Skating Ik/Ak

B Parcour

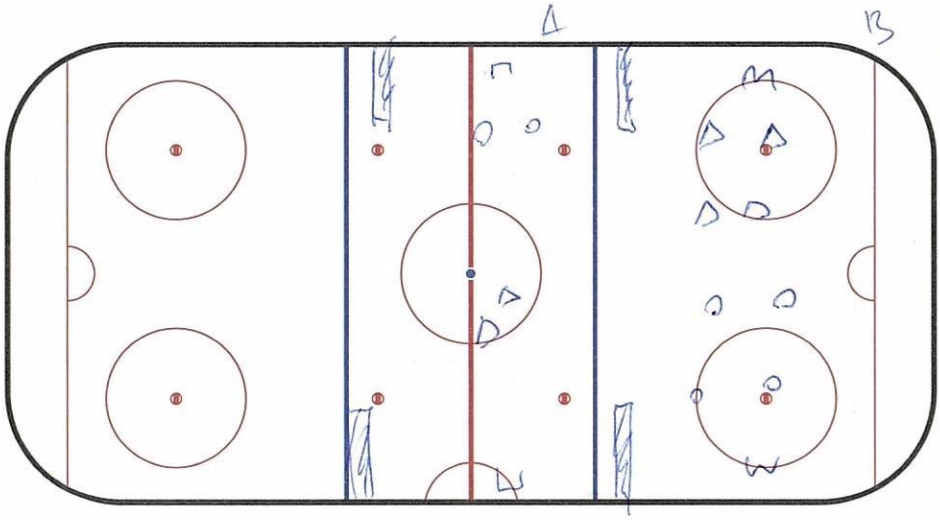
2×10min



② A Stickhandling

B 1:1 Abholen

2×10min



③ Spiel

A 2:2

B 4:4

E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

DATUM: 12.10.2022

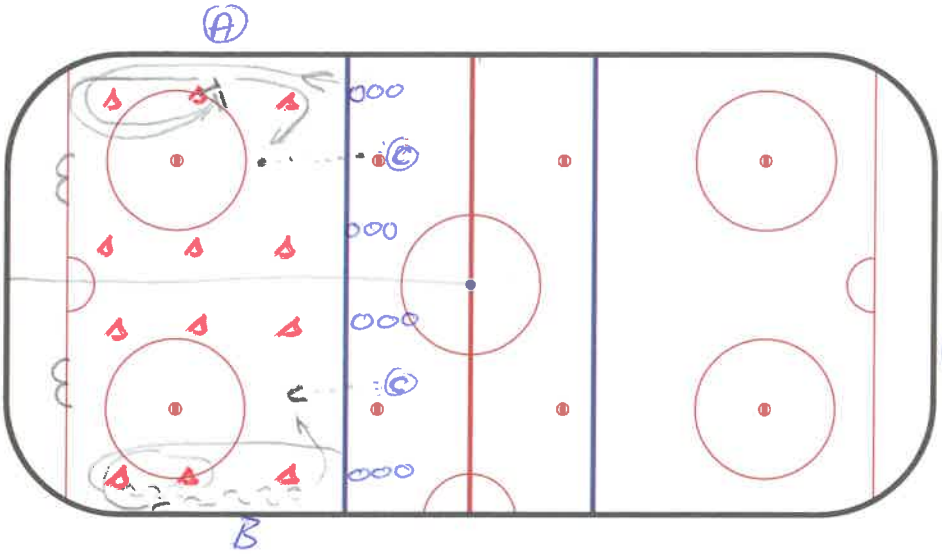
TRAINER: CORI
Pasta.

TRAININGSPLAN

5 min Warm-UP

- 2 Gruppen ~~mit~~ Rot-Blau Rot mit Bremsen an der Blauen.

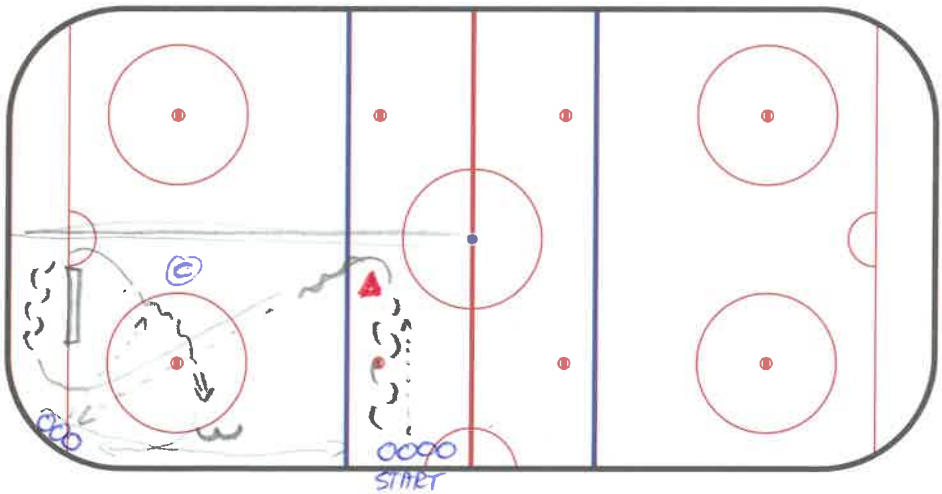
- 2x 10 min 1-1 Wettlauf.
- 10 min Diagon. Pass
- 10 min 1-2 (Forecheck)
- 10-15 min Cretzky Game 2-2 (mit 2 Joker)



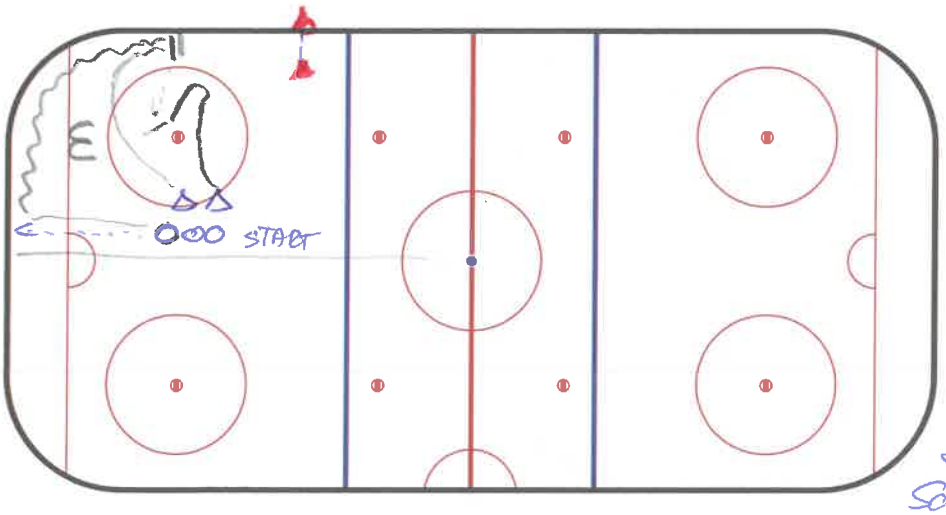
1-1. Wettlauf:

(A) Start vorwärts um Reifen an 2 Reifen Schläge ablegen zurück Schläge aufnehmen Kamp um Puck

(B) Start vorwärts Wechsel bei Reifen auf Rücken zurück vorwärts Rückwärts Kamp um Puck



Start Rückwärts bekommt Pass um Reifen. Diagonal-Pass in Ecke. Anbieten Rückwärts Pass-Zurück. um Roller Torschuß. - 10 - 12 min.



1 - 2

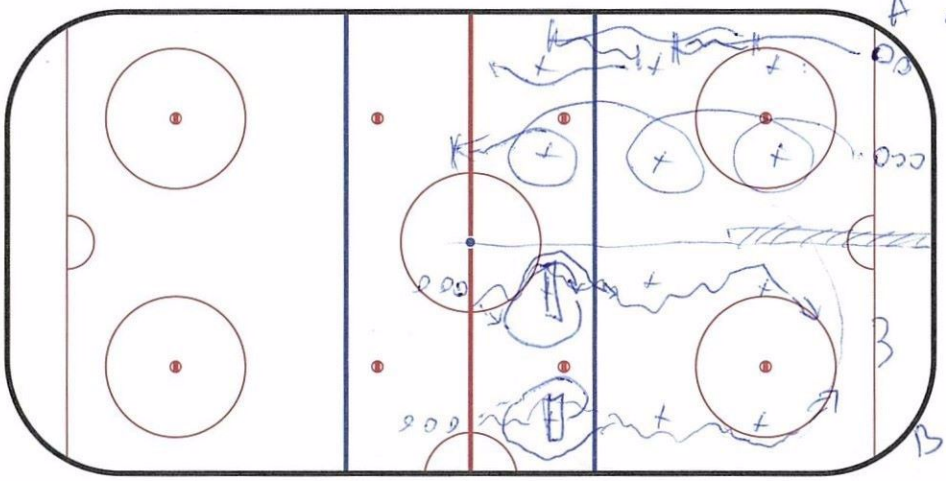
O Startet hinten in Ecke und muß mit Puck hinter das Tor fahren bis zu den 2 Reifen gegen zwei Forchecker arbeiten. Sobald Forchecker die Schlitten haben wird 2-1

TEAM: U11

DATUM: 13.10.22

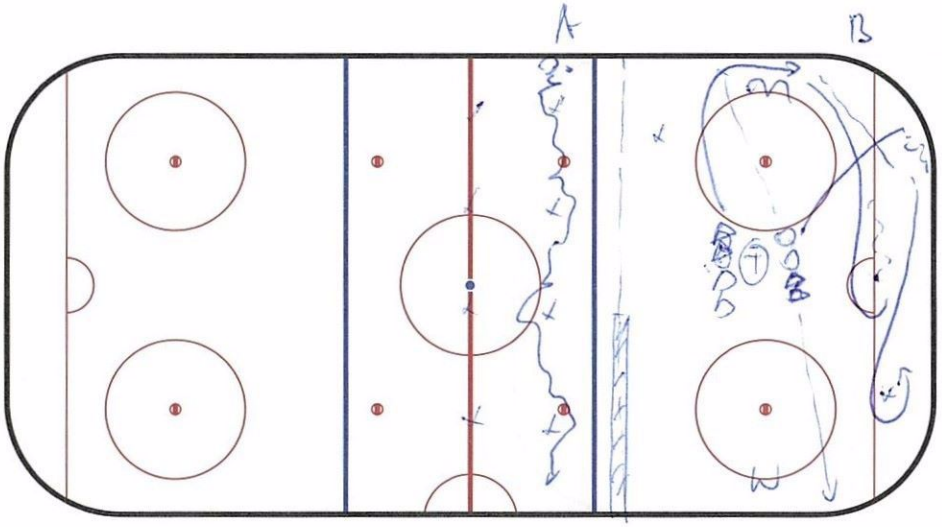
TRAINER: Martin, Joe

TRAININGSPLAN

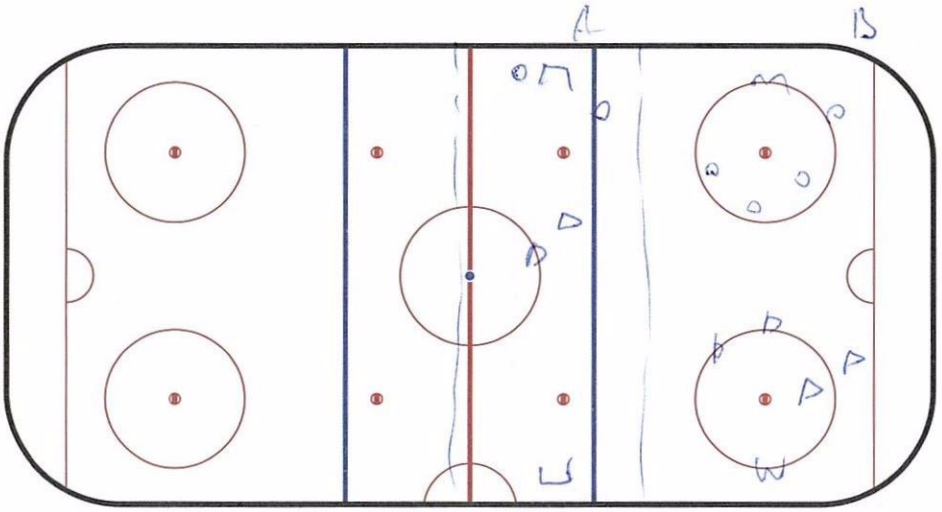


1. A Laufen
   - Bremsen
   - Sprung in die Stand wade
   - Düsen
   - Wurm
   B Sprung
   → Laufen mit Scheibe

   2 × 10 min



2. A Stocktechnik
   B 1:1 mit Aufbaupass



3. A Spiel 2:2
   B Spiel 4:4 (14)

TEAM: U11

DATUM: 19.10.2022

TRAINER: Cori + Pasta.

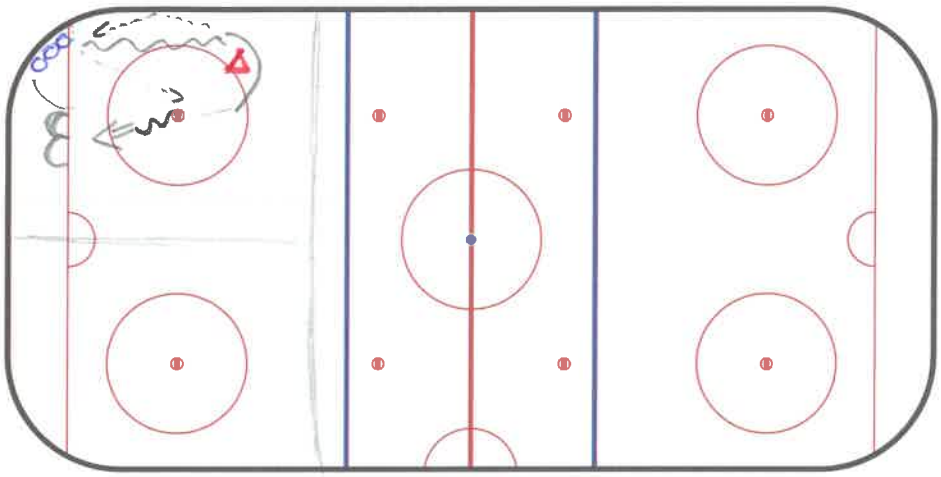
TRAININGSPLAN

5 min Warm UP Rot-Blau-Rot.

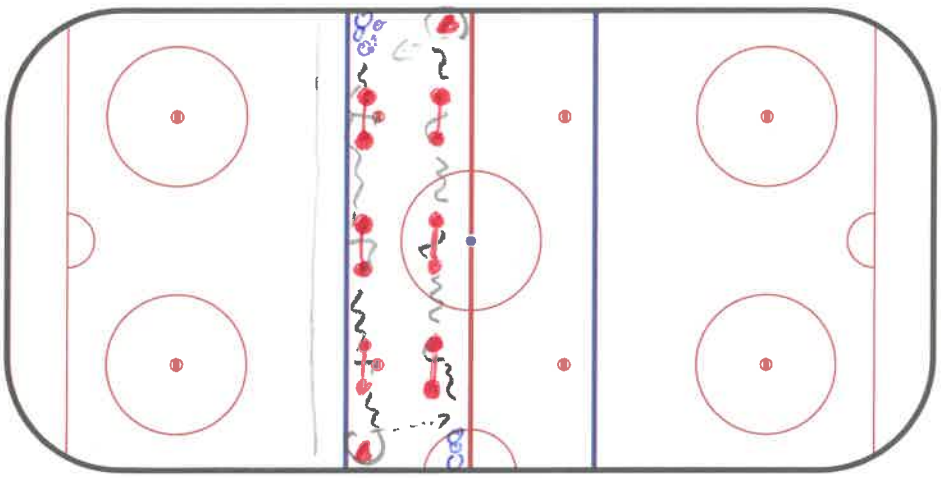
10 min 1gegen1 Kampf um Scheibe

3x 10/12 min Stationstraining

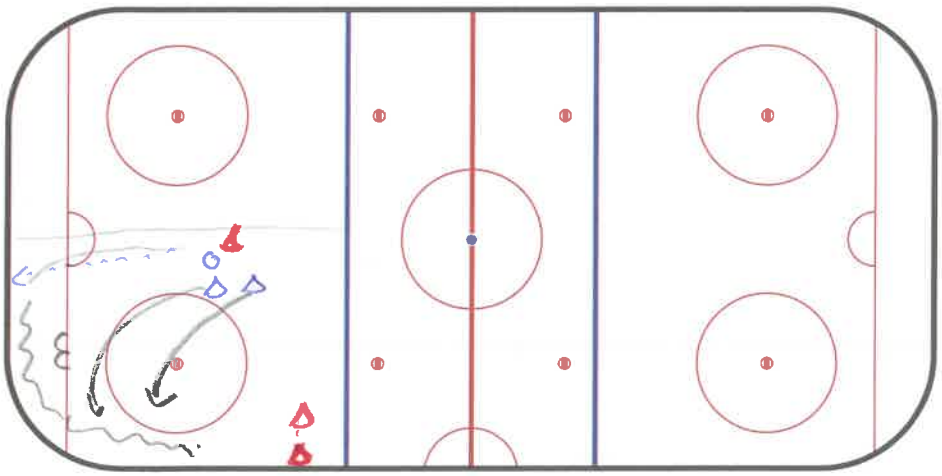
Test Joker Spiel 3-3.



Dopp Pass: Start mit Puck. Dann Dopp Pass zurück. um Reifen außen. Pass aus Ecke und Schneller Torabschluß.



Stick Handling. mit Puck durch Gegner fahren. am Ende um Reifen und Pass zum nächsten Gruppe



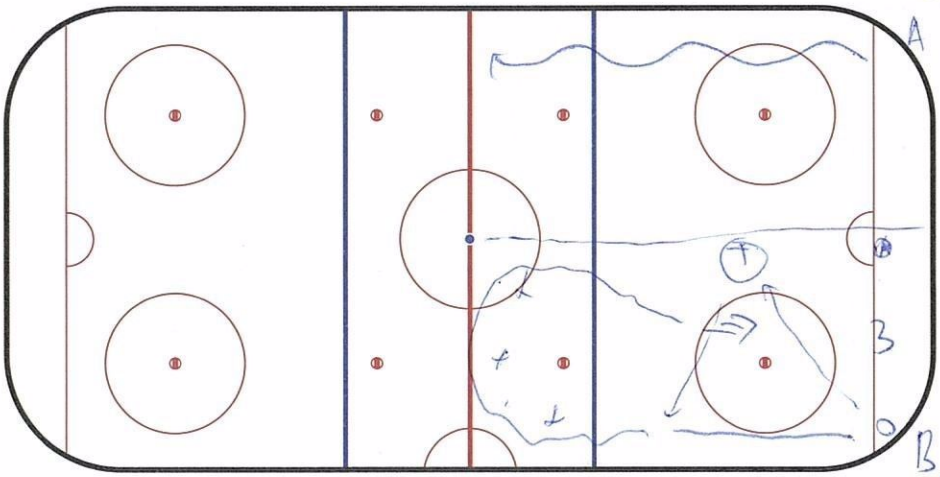
Aus 1-2 wird 2:1 O schießt Scheibe an Bande und holt sie. O muß links TOR fahren und dann bis Tor. Zwei Ds ablaufen wenn Scheibe 2-1 aufs TOR.

TEAM: U11

DATUM: 20.10.22

TRAINER: Joe, Martin

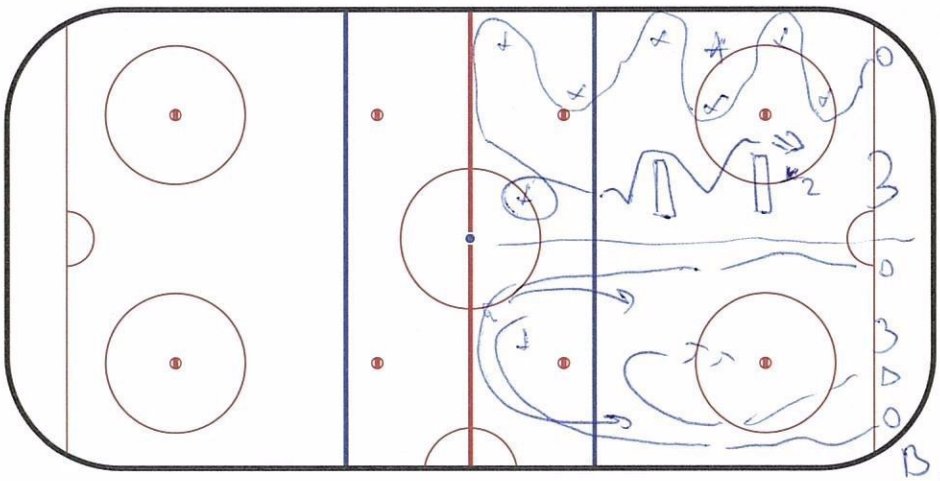
TRAININGSPLAN



① A Laufen
Ik/Ak, RW/VW, RW Ik
Bremsen

B 1:0 Passen

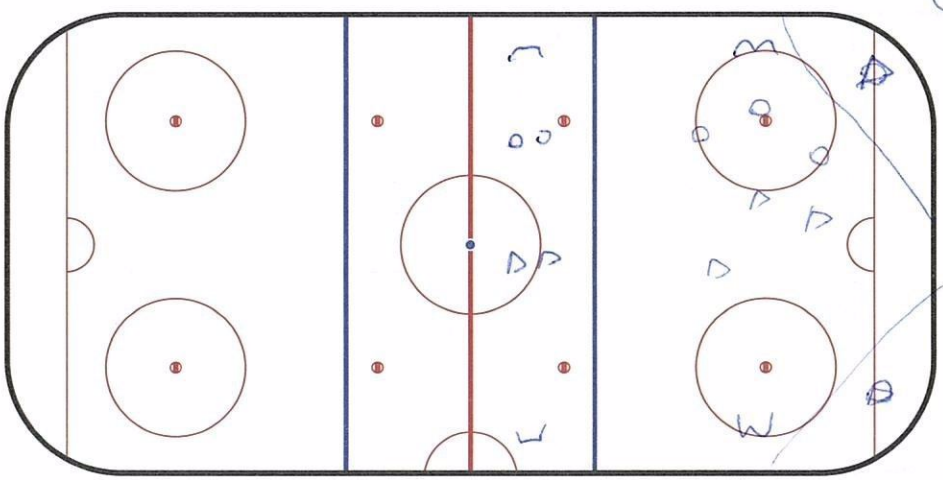
2x 10min



② A Passen Tempo
+ verschiedene Tricks
+2 schnelle Schüsse

B 2:1 / 2:2

2x 10min



③ 2:2 / 3:3 + Offensive Joker

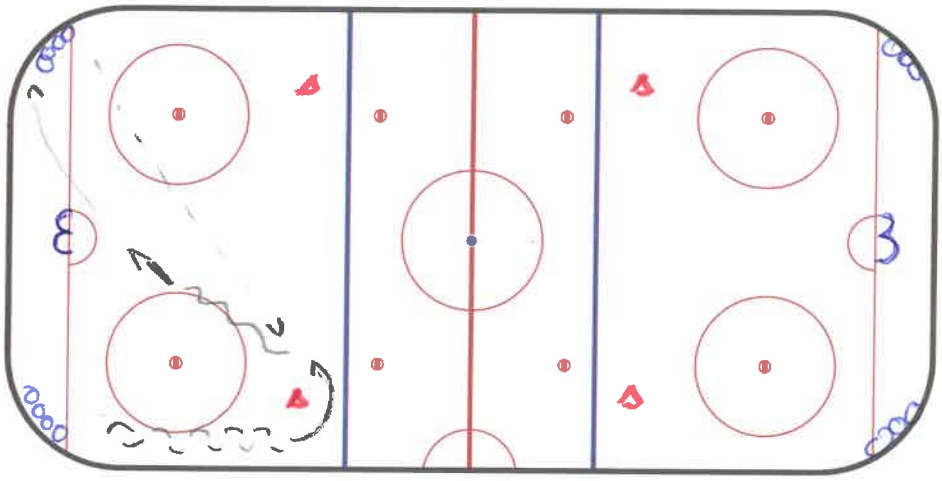
15min

TEAM: U11.

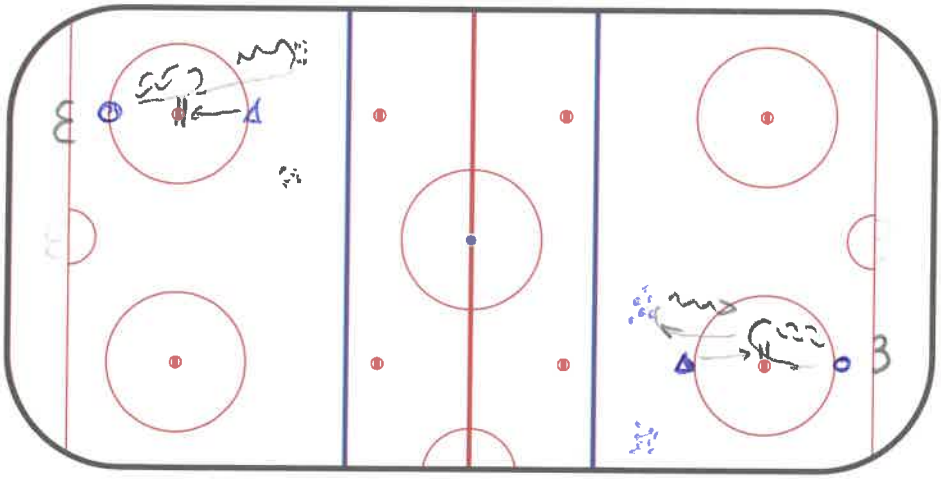
DATUM: 22.10.2022

TRAINER: CORI
Joe

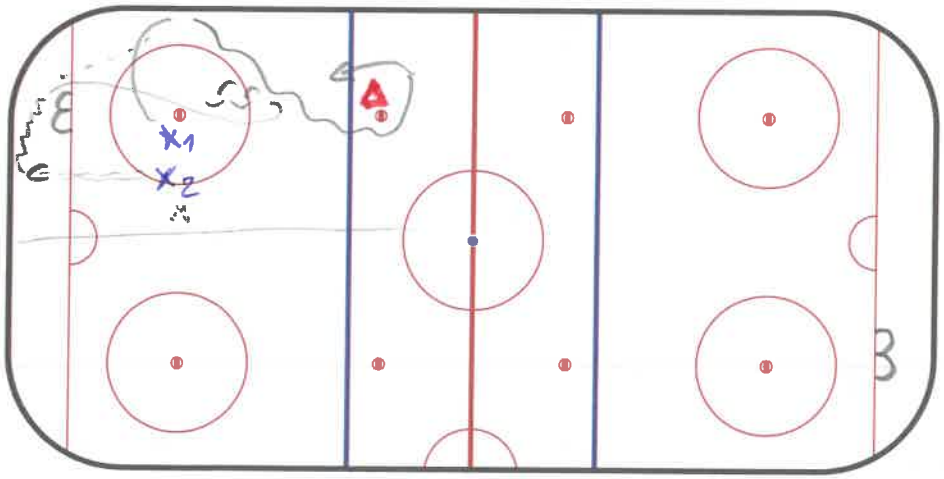
TRAININGSPLAN



Warm up
° Start Rückw. aus Ecke. wechsel auf Vorw. pass aus Diag. Ecke. Packannahme + TORschuß.



1-1 Kleinfeld.
△ Startet an Kreis und bremst am Punkt. Dann entscheidet sich △ zu welchem Packmann er eine Scheibe holt. ○ wird aktiviert sobald △ am Punkt gebremst hat. Dann 1-1



2+1 mit Pass auf den Pass X2 holt Scheibe hinter dem TOR X1 bietet sich an Pass nicht Tor zu X1. um Reifen dann 1-1.

E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

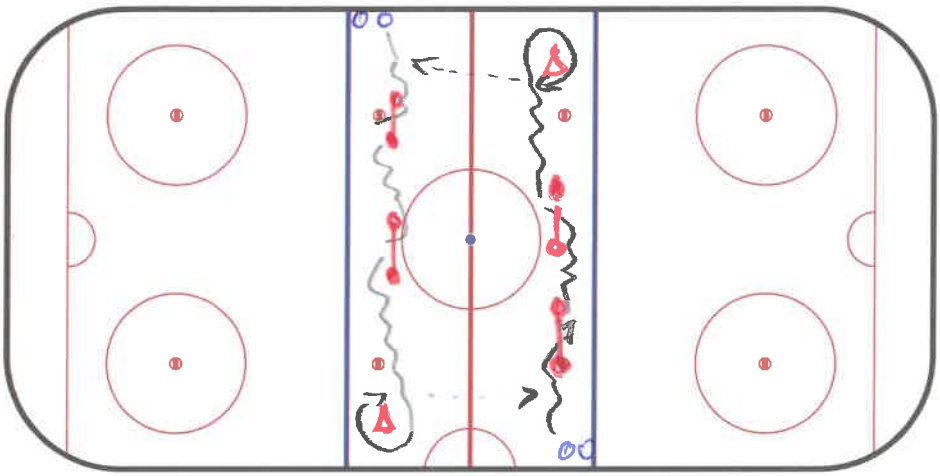
DATUM: 24.10.2022

TRAINER: Cori
Markus

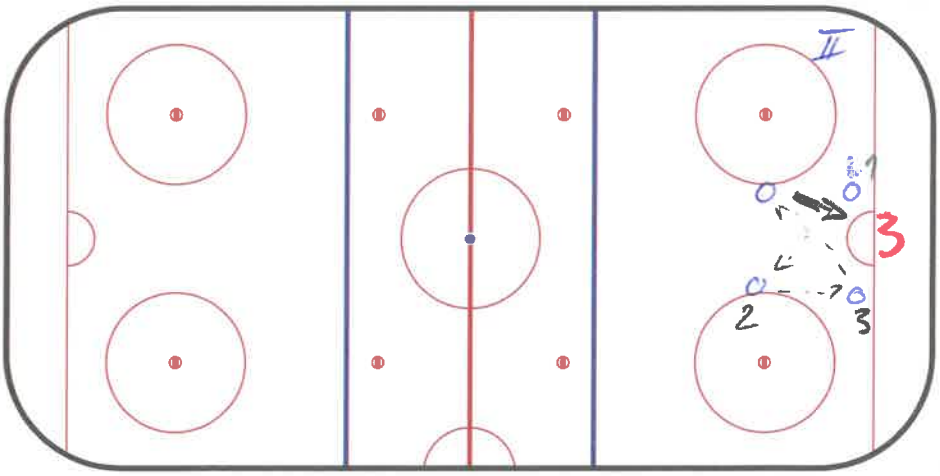
TRAININGSPLAN

- 5 min Warm up Blau Rot Blau
- 4. Stations Training
  10 – 12 min
- Großfeld Spiel mit Toren auf Blauer Linie.

I

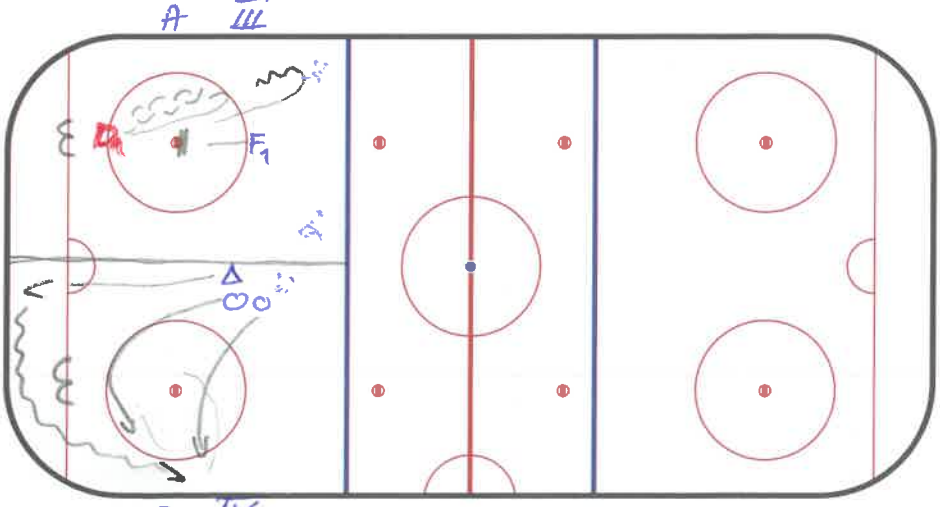


1. Puck
Stick handling
mit Pass auf
andere Seite.



Schuß mit
3x Diagonal
Passen.

A III



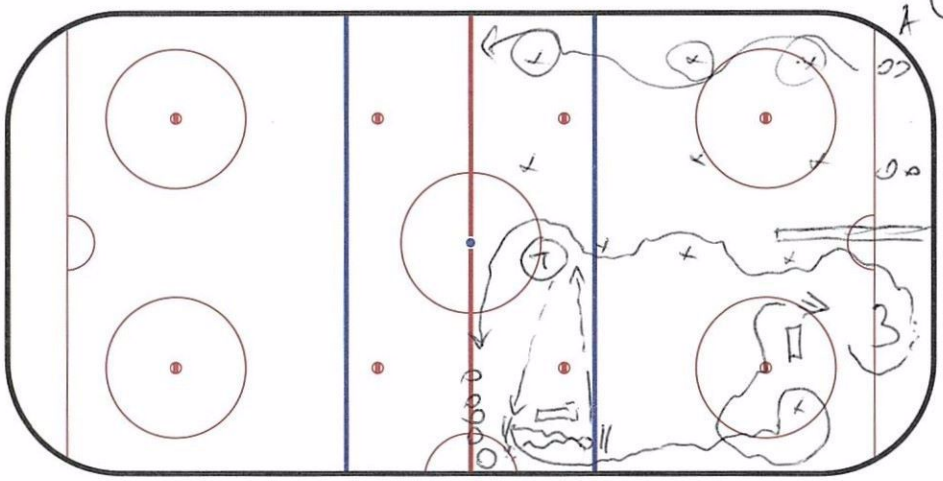
A 1.1. F1 startet
und bedrängt am Bully-Punkt.
dann Scheibe holen und
1–1.
B 1–2 wird 2–1
Forchecking wenn
Puck gewonnen 2-1
aufs TOR.

TEAM: U11

DATUM: 25.10.22

TRAINER: Martin, Joe

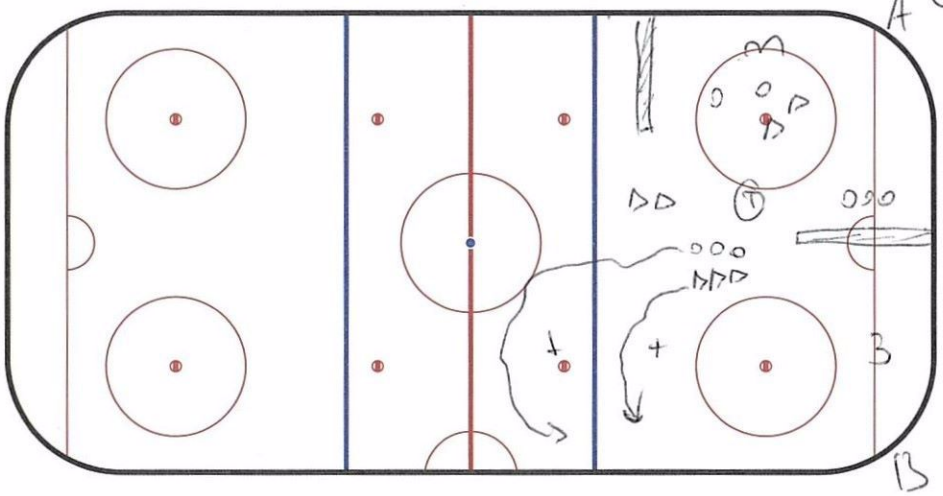
TRAININGSPLAN



① A Skating

B: 1:0 mit Doppelpass

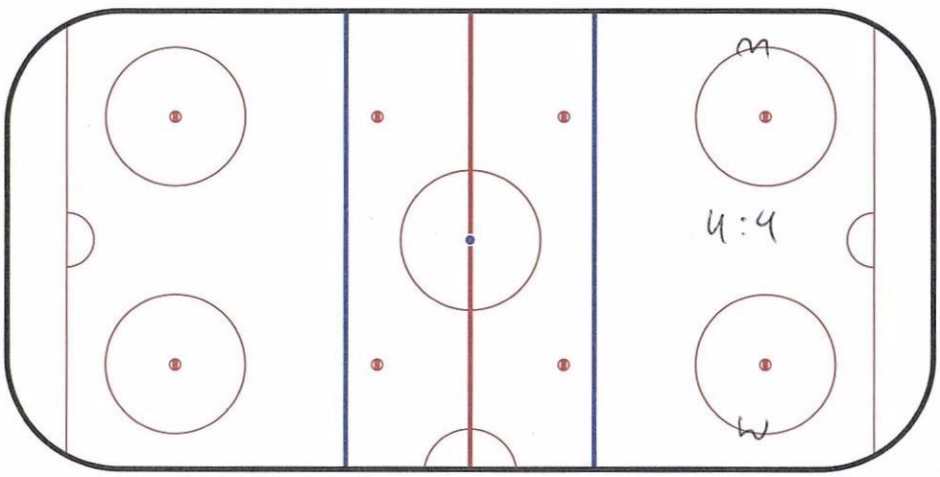
2 × 10 min



② A 2:2 mit Joker (Anpassen mit Schüsse oder Passen)

B 1:1 zur Bande abdrängen

2 × 10 min



③ Spiel

15 min

E.H.C. KLOSTERSEE

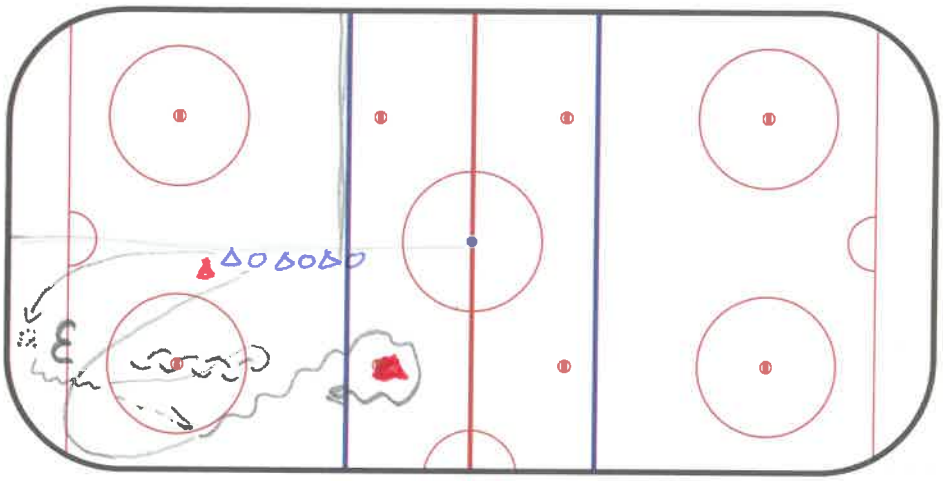
TEAM: U 11.

DATUM: 26.10.2022

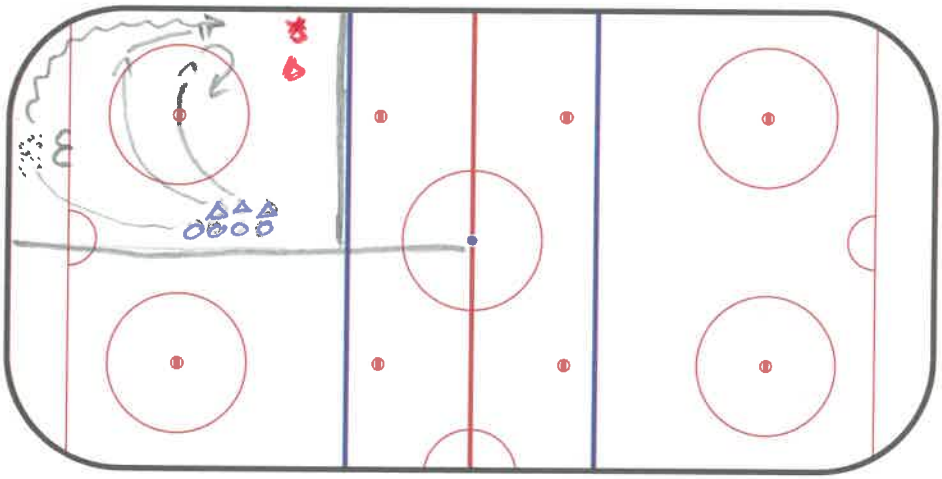
TRAINER: Cori + Pasta.

TRAININGSPLAN

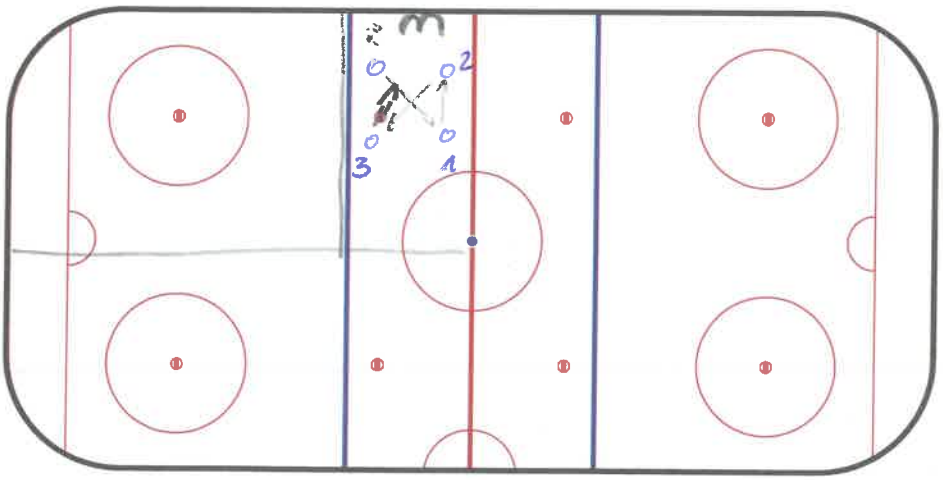
- 5 min Warm up. Rot-Blau-Rot
- 3 Stations Training 10-12 min.
- Idee Spiel 2-2 mit Idee hinter dem TOR (wenn möglich auf zwei Felder)



1-1 mit Aufbaupass Stürmer fährt los und holt Scheibe hinter dem Tor. Dann Aufbaupass zum zweiten Spieler. Transition am Reifen dann 1-1.



2-1 wird 1-2. Spieler holt Puck hinter dem TOR. und versucht das Ziel zu erreichen. Zwei Verteidiger attackieren und nehmen ihm den Puck ab.



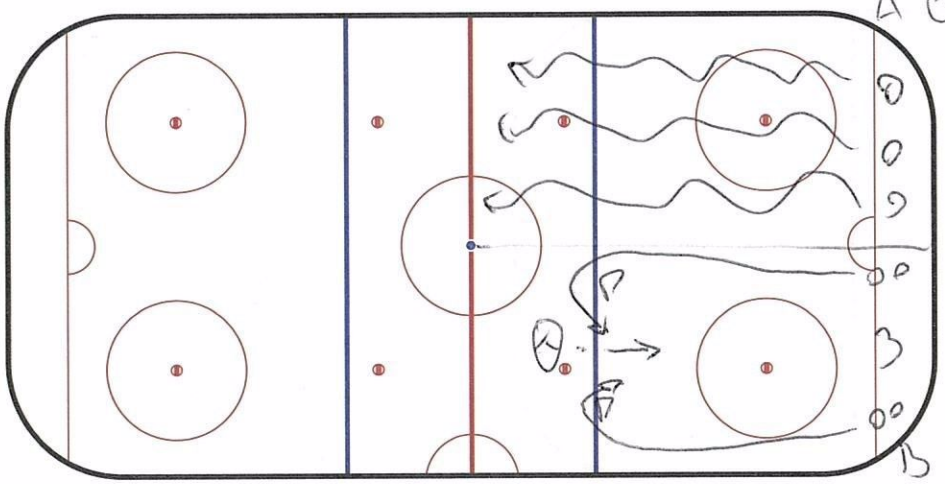
Tor Schuß. 4x Passen aus dem Stand. Dann einen Torschuß abgeben.

TEAM: U11

DATUM: 27.10.22

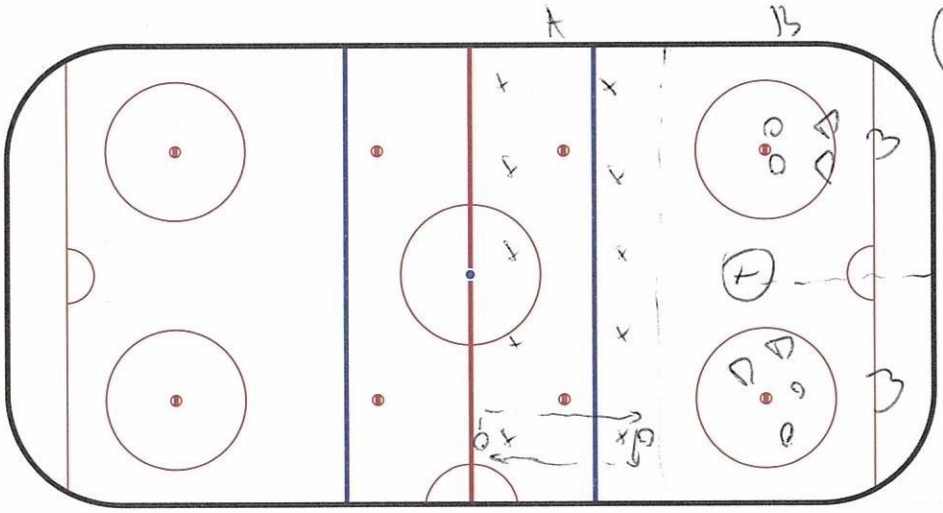
TRAINER: Martin, Joe

TRAININGSPLAN



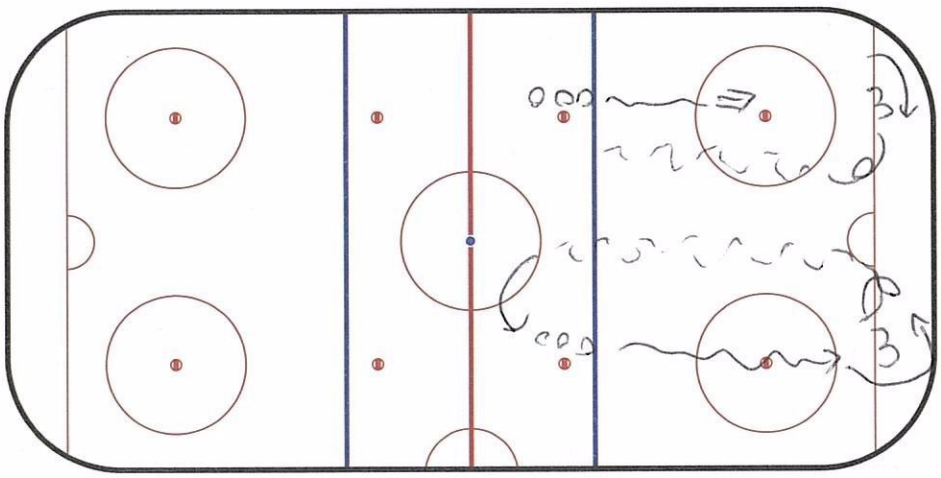
① A Skating
B 1:1 Wettrennen

2 × 10 min



② A Passen
B 2:2 kleiner Raum

2 × 8 min



③ Schussübung
Anspielen TW
6 min

④ Spiel
4:4
15 min

E.H.C. KLOSTERSEE

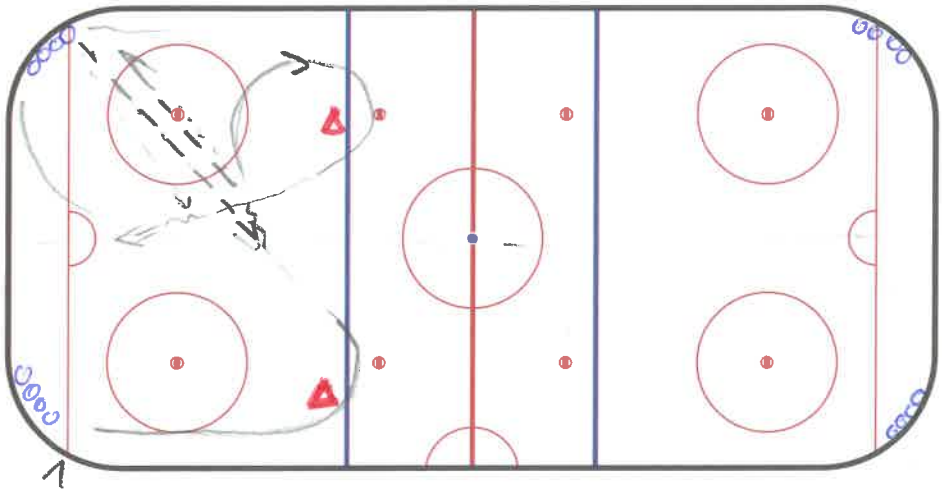
TEAM: U 11

DATUM: 31.10.2022

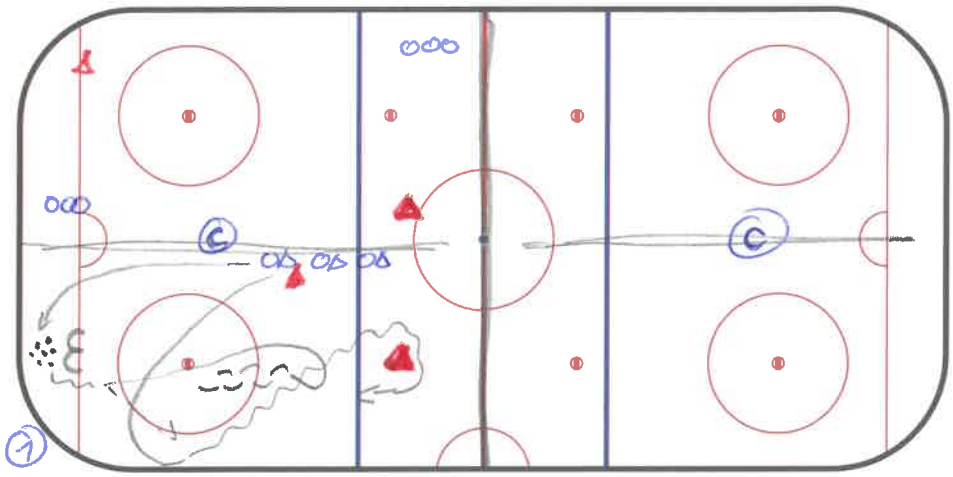
TRAINER: CORI
Joe

TRAININGSPLAN

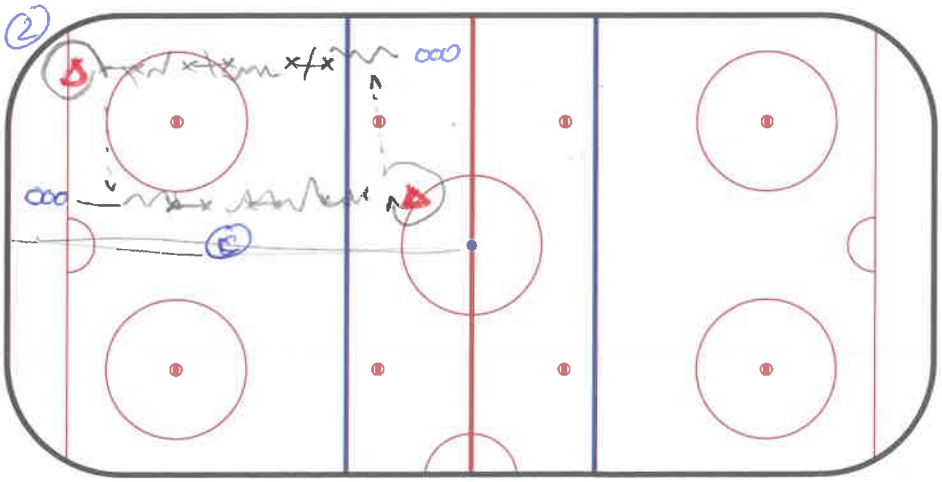
- Warm UP 10 min
- 4. Stations Training a 10 min
- Spiel Großfeld. 10 min.



Spieler Startet aus Ecke bekommt Diagonal Pass. Pass Zurück. Bietet sich an und bekommt Pass zurück aus Ecke. Dann Tor-Abschluß! 10 min



Spieler Startet holt Scheibe hinter Tor. Dann Auftakt-Pass. Spielt mit Puck um Hütchen dann 1-1.



Stick handling Hindernis auf Vorhand ausspielen. dann um Reifen und Pass auf andere Seite

E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U 11

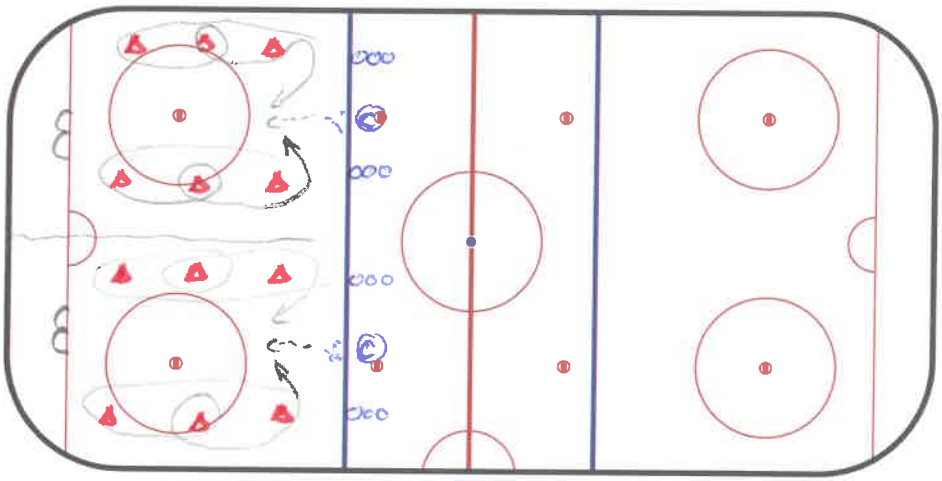
DATUM: 4. 11. 2022

TRAINER: Cori
Joe

TRAININGSPLAN

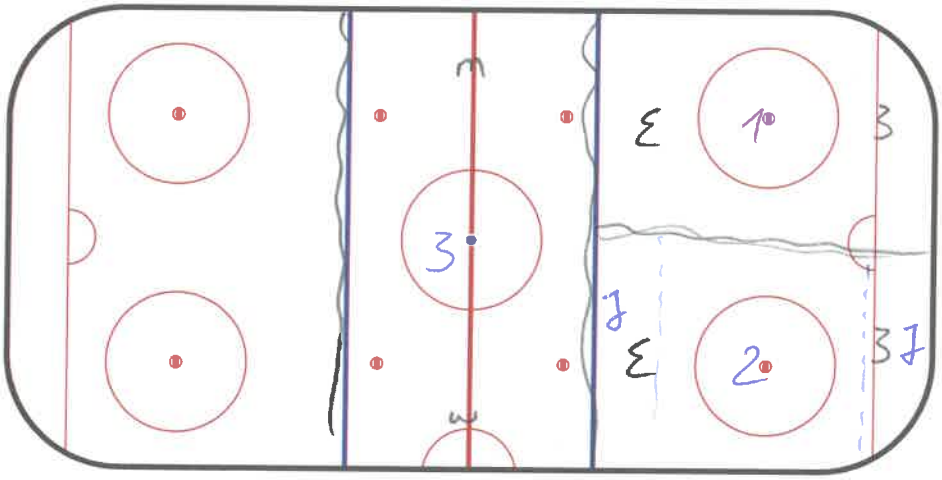
5 min Warm up Rot-Blau-Rot

– 10 min



Kamp um eine Scheibe.

- Laufwettkampf
  1 Vorwärts
  2 Vorw. – Rückw.
  3. Vorw. mit Schlage ablegen!

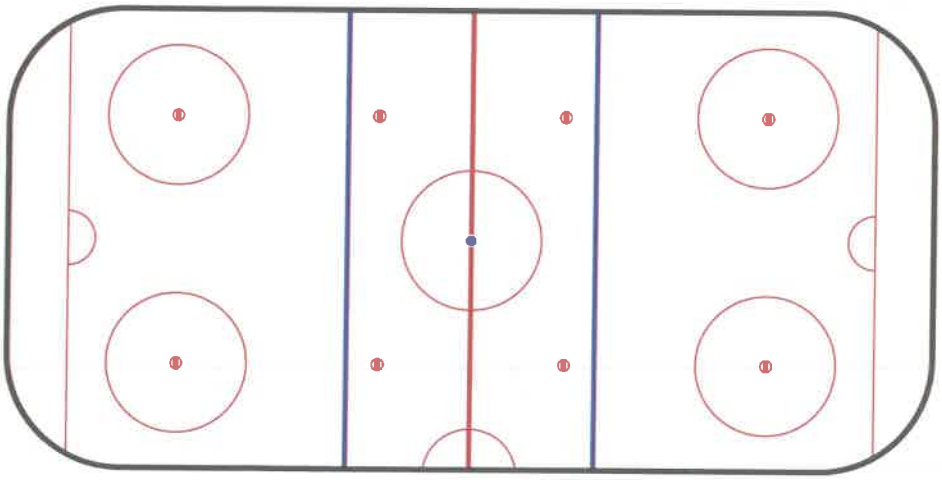


Spielen auf 3 Felder

1 = 2-2 mit Wechsel

2 = 2-2 mit Joker

3 = 2-2 auf kleine TORE



E.H.C. KLOSTERSEE

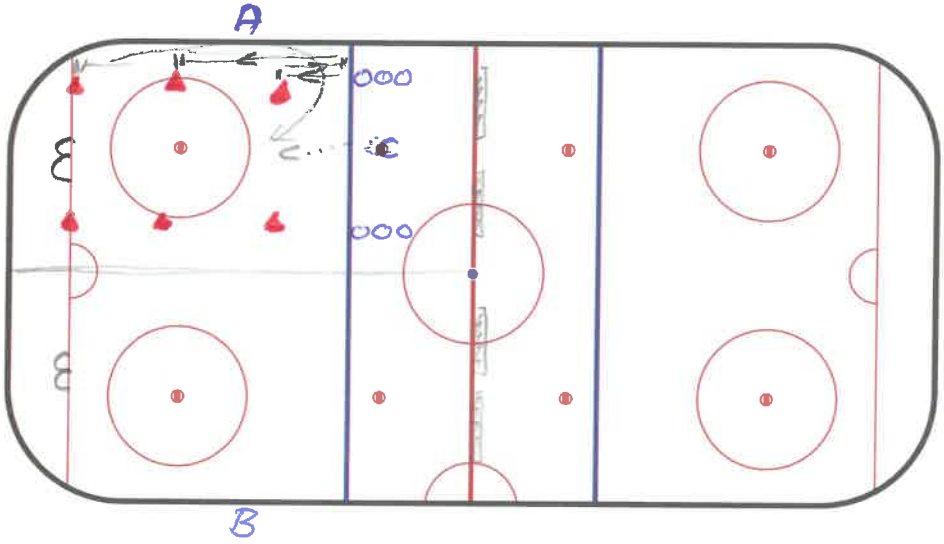
TEAM: U11

DATUM: 5.11.2022

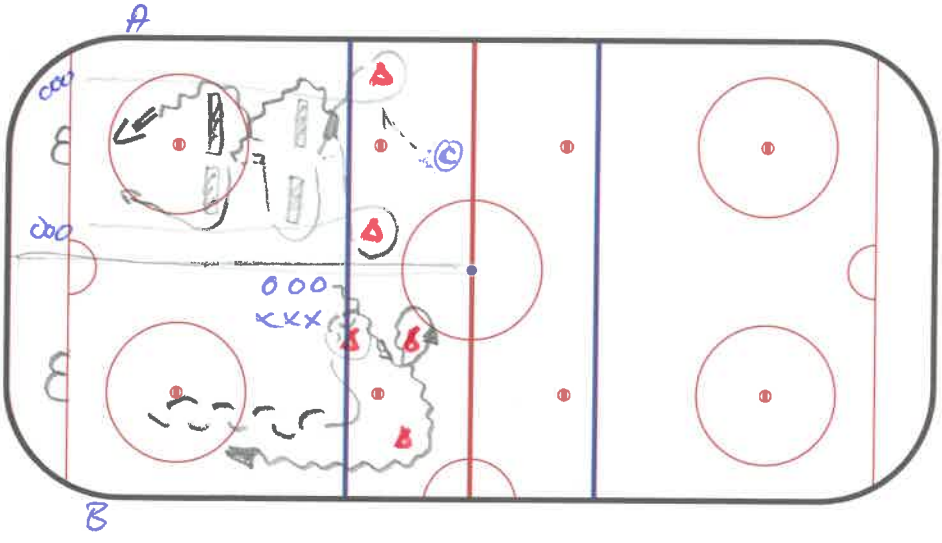
TRAINER: CORI + 1 Helfer.

TRAININGSPLAN

- 5 min Warm - UP
  Je 2 Gruppen Sprint Rot - Blau Rot
- 10 min Drop Pass
- 10 min Transition Stak
- 10-15 min 2 Joker Game
- Rest Spielzeit Kleinfeld.

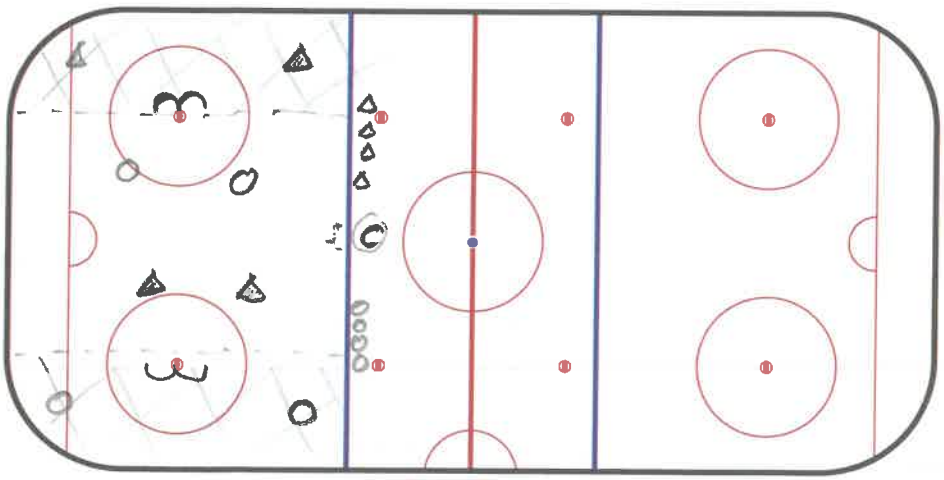


1-1 Kampf um Pucke (Wettlauf)
Spieler bis zum Raufen und Bremsen zurück zu Blaue Linie dann zum nächsten Reihen
- Aufteilen in 2 Gruppen.
- 10 min -



A Drop Pass:
- gleichzeitig Starten.
- Droppas Spieler Schießt zeiter geht auf Nachschuß

B Transition Stak 1-1
o startet mit Pucke.
x als Verteidiger



Gretzky 2 v 2 Game

Zadi Joker Spiel
Beide Joker müssen angespielt werden vor dem Torschuß

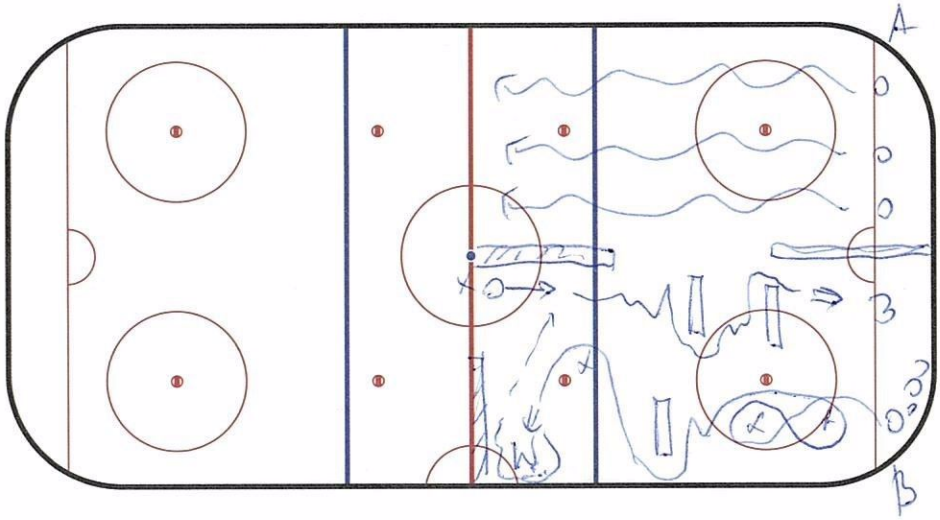
- 10 Min - 15 min

TEAM: U11

DATUM: 9.11.22

TRAINER: Martin, Pasta

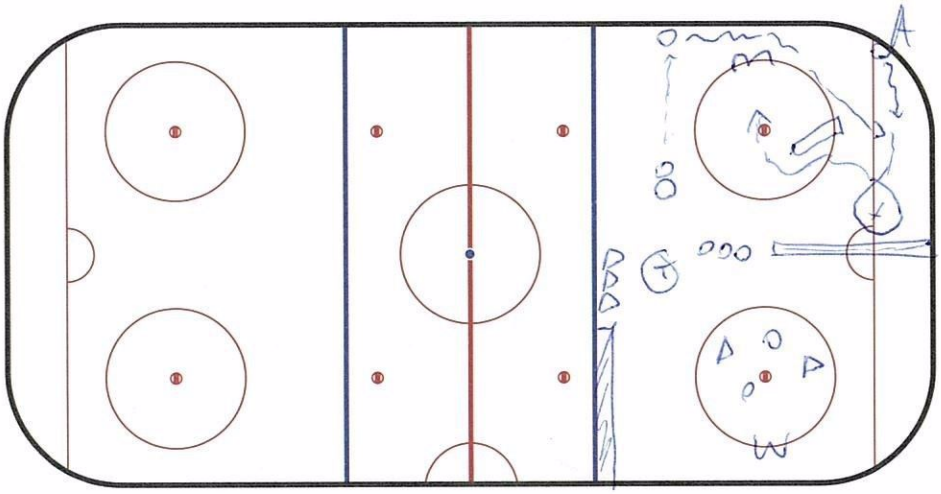
TRAININGSPLAN



A Skating

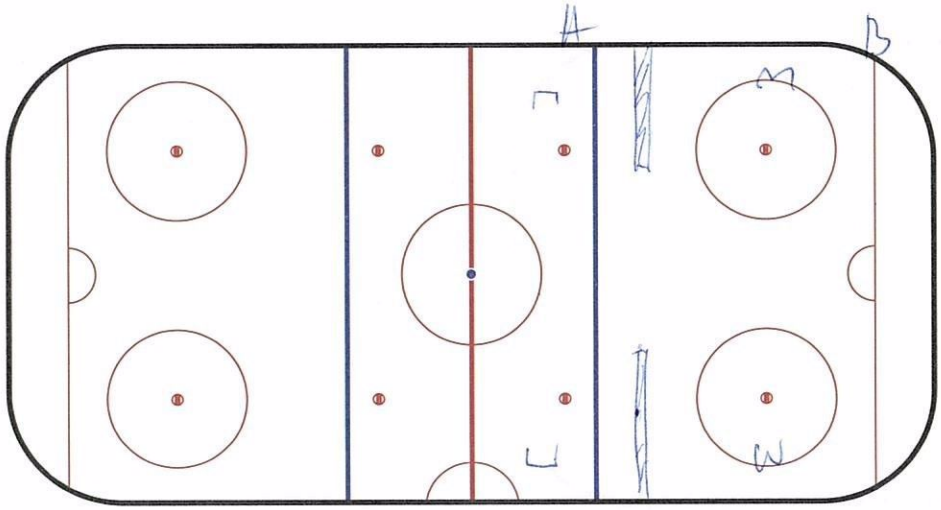
B Parcour

2×10 min



A Passen / Timing
1:0

B 2:2 Trainer bei Scheibengewinn anpassen
2×10min



A 2:2

B 4:4

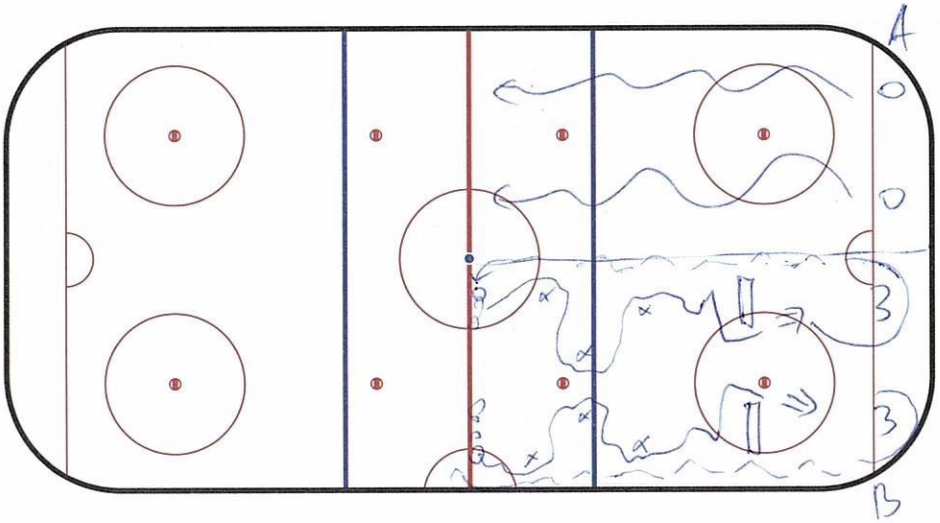
15 min

TEAM: U11

DATUM: 10.11.22

TRAINER: Joe, Martin

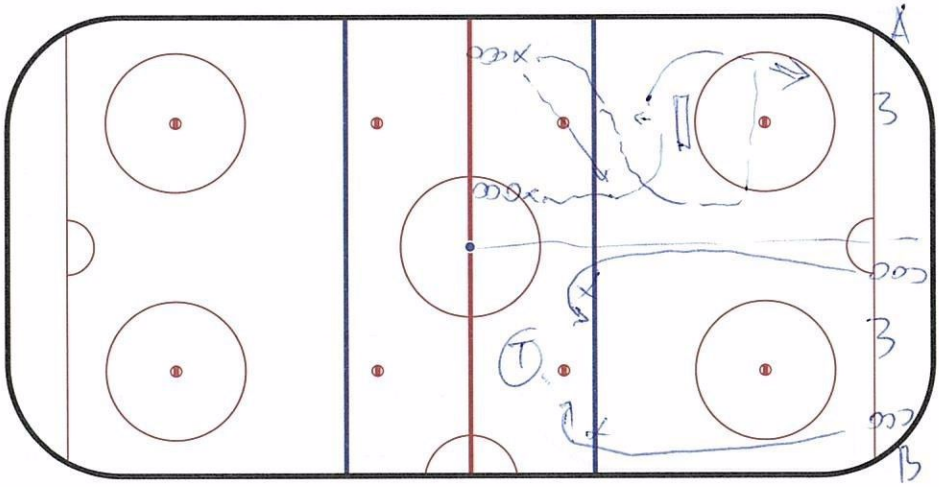
TRAININGSPLAN



A Skating

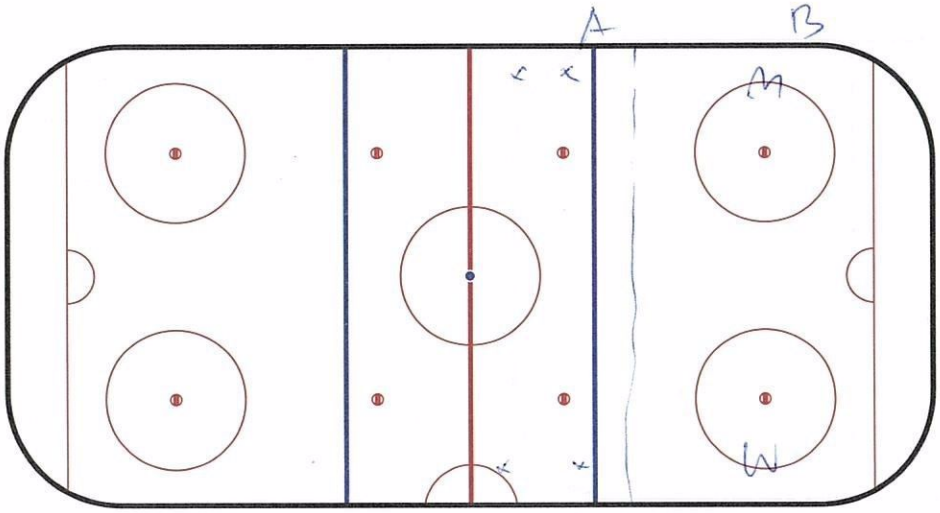
B Scheibenführung / Fake Schuß

2 × 10 min



A 2:0 Kreuzen mit Scheibe liegen (!) lassen

B 1:1 Wettrennen



A Spiel 2:2

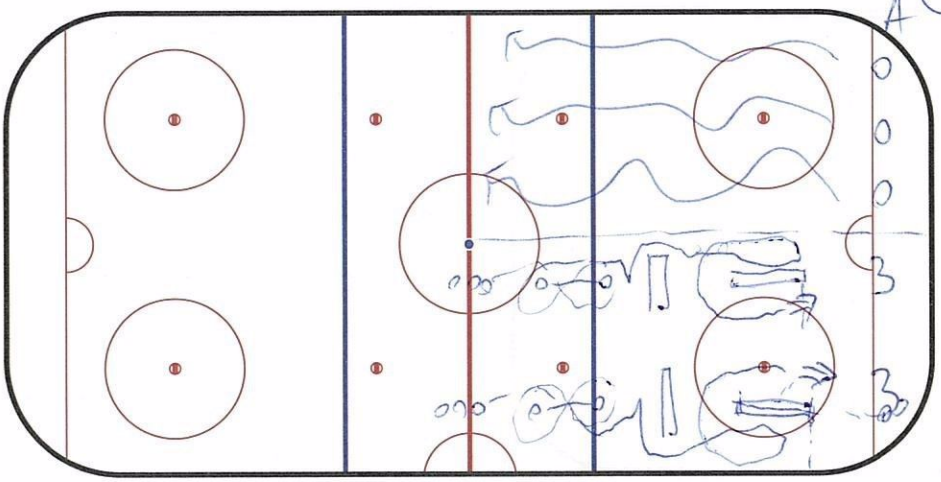
B Spiel 4:4

TEAM: U11

DATUM: 15.11.22

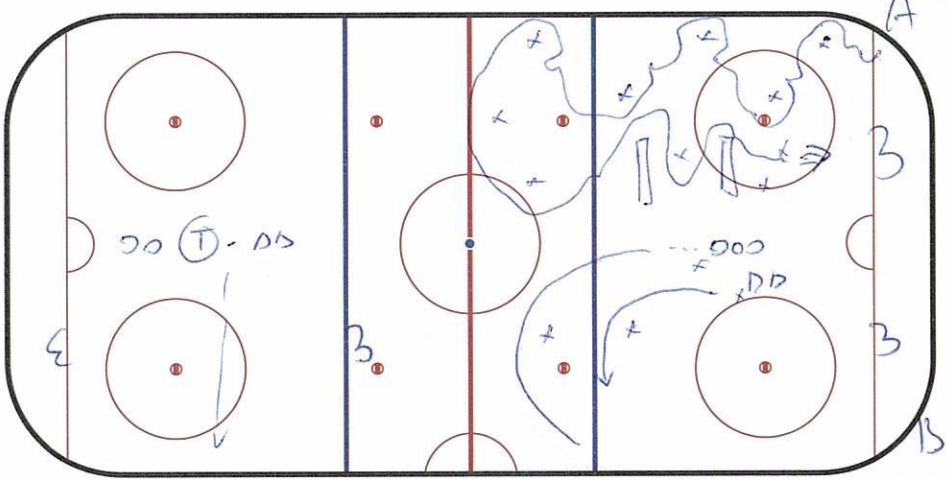
TRAINER: Martin, Simmy

TRAININGSPLAN



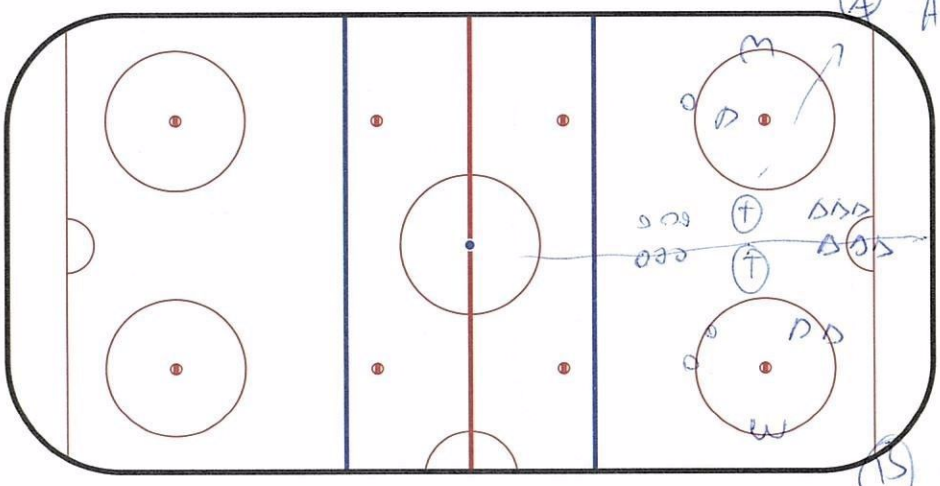
A (1) A Skating
B Sprünge / Pirzow

2 × 10 min



A (2) A Scheibenführung
B Abholen

2 × 10 min



(A) A 1:1 mit Joker (statisch)

2:2 mit Joker (statisch)

(B)

TEAM: U 11

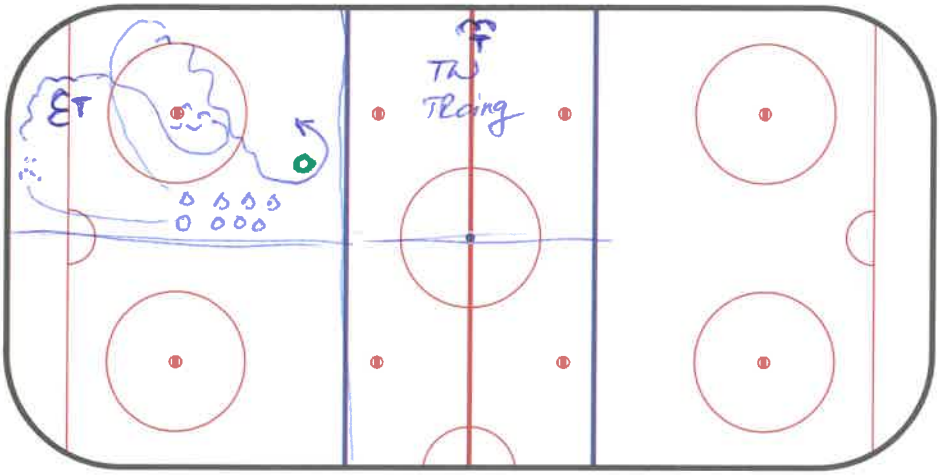
DATUM: 16.11.2022

TRAINER: Cori
T
Past
+TV Trainer

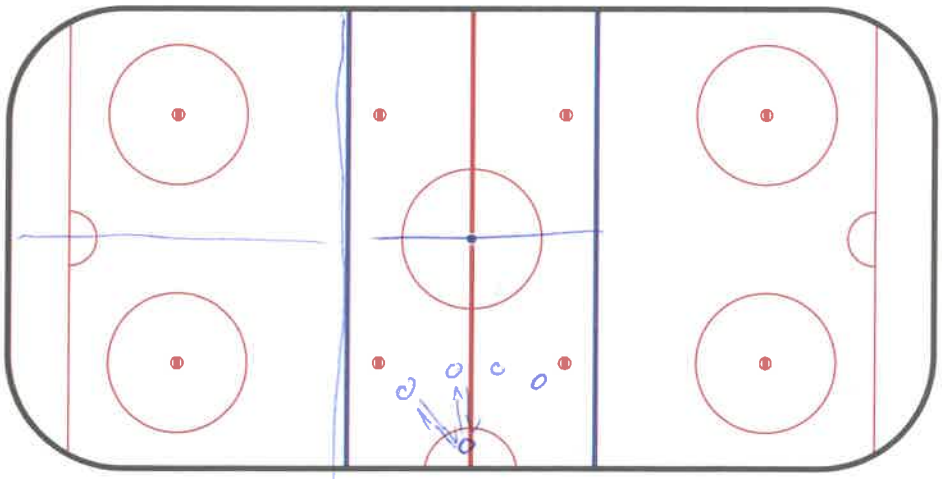
TRAININGSPLAN

5 min Warm UP
Rot – Blau – Rot

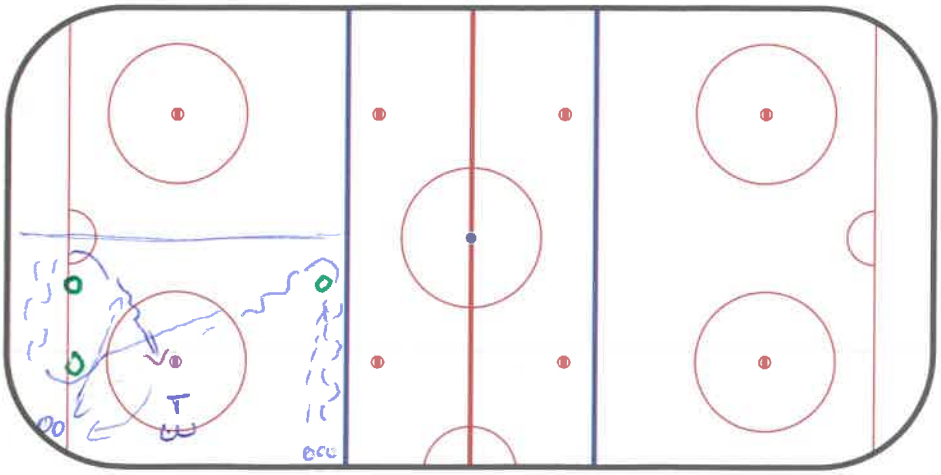
3 Stationen Traing +
TV Training



1-1
1 gegen 1 mit Aufbau Pass hinter dem TOR



Pass-Traing im Stehen. Einmal Rund herum passen dann Spiel aufbau



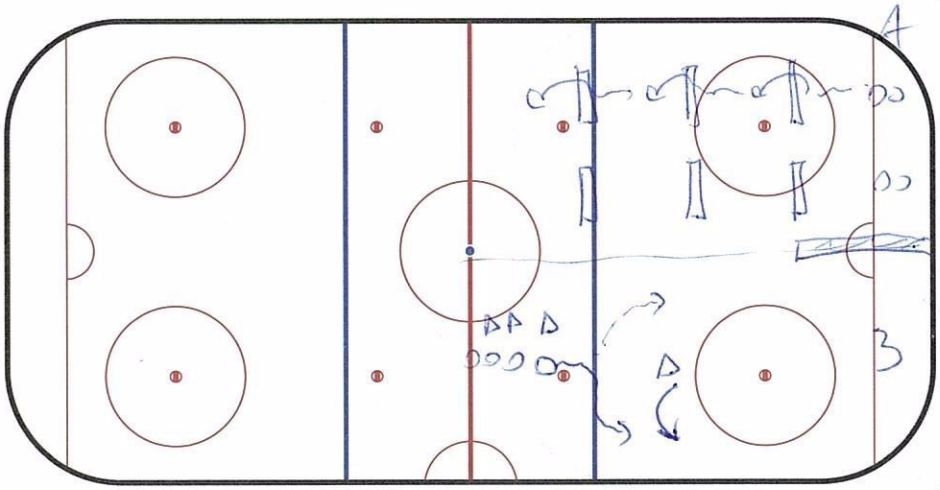
Pass mit Diagonal Pass und Torabschluß

TEAM: U11

DATUM: 17.11.22

TRAINER: Joey Martin

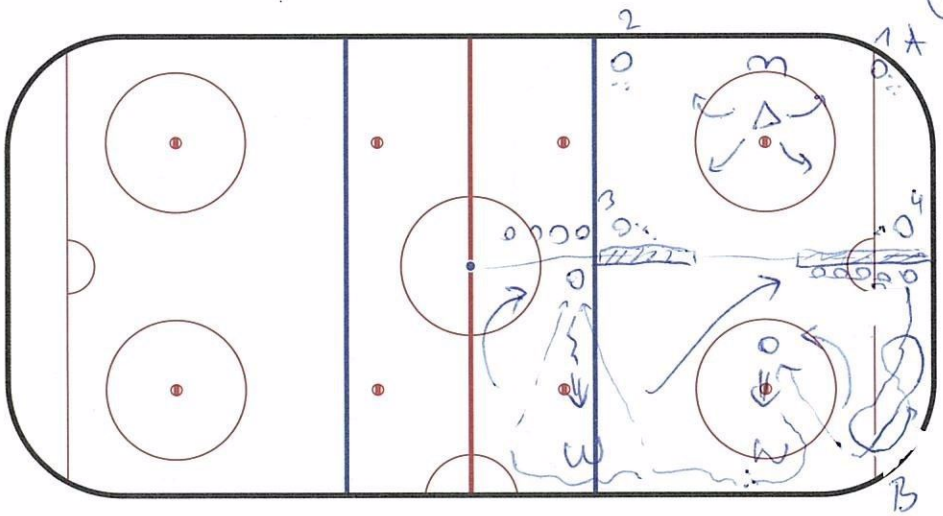
TRAININGSPLAN



① A Laufen mit Sprüngen

B 1:1 w Antreiben

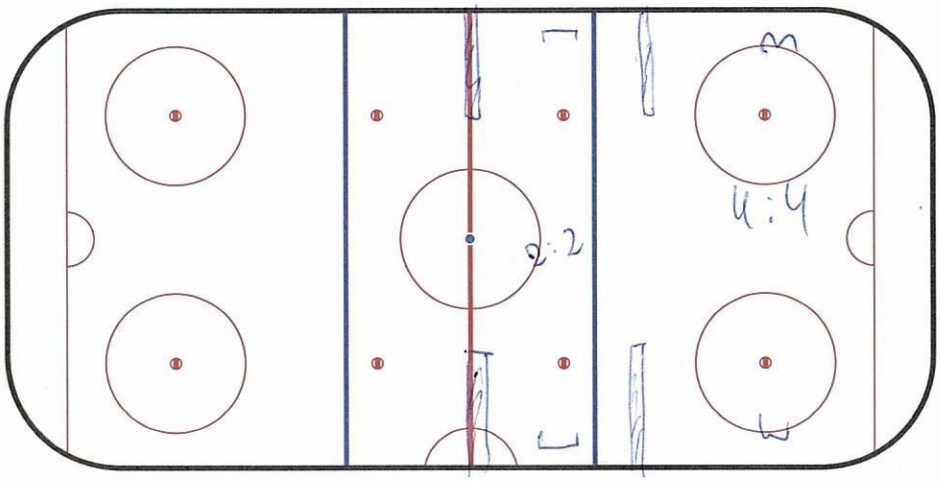
2× 10min



② A 1:1 4mal

B 2:0 2×

2× 10min



③ Spiele

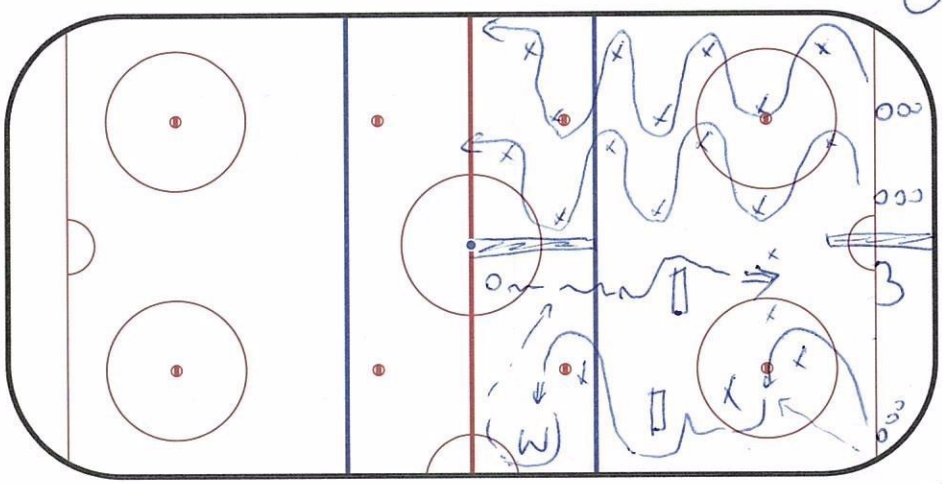
2× 10min

TEAM: U11

DATUM: 18.11.22

TRAINER: Mathias L.

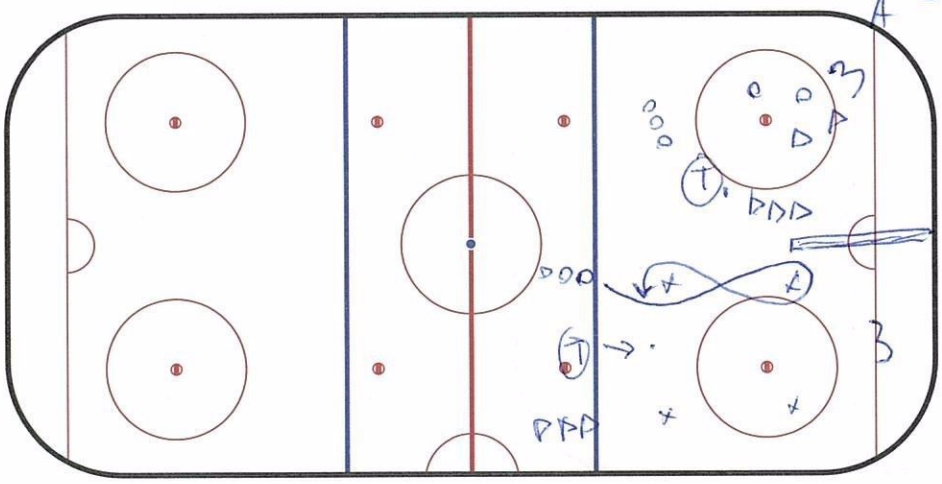
TRAININGSPLAN



① A 1k, Ak, rw/lw / rw/lw Reverse Bremsen 1Beinig 1k

B Parcour mit Pässe

2x10min

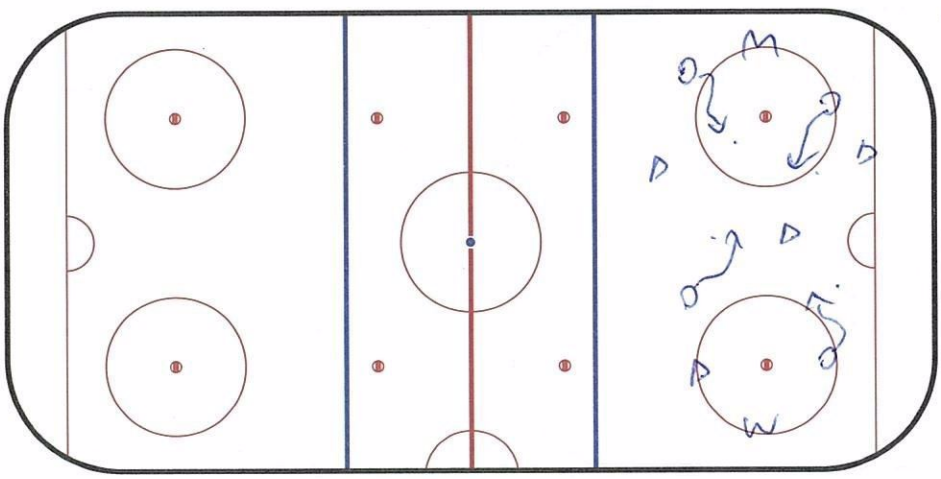


② A 2:2 Pass zu Trainer bei Scheibengewinn

B 1:1 Rennen

lw / rw-rw

2x10min



③ Fahren mit Scheibe Auf Pfiff Wechsel

5min

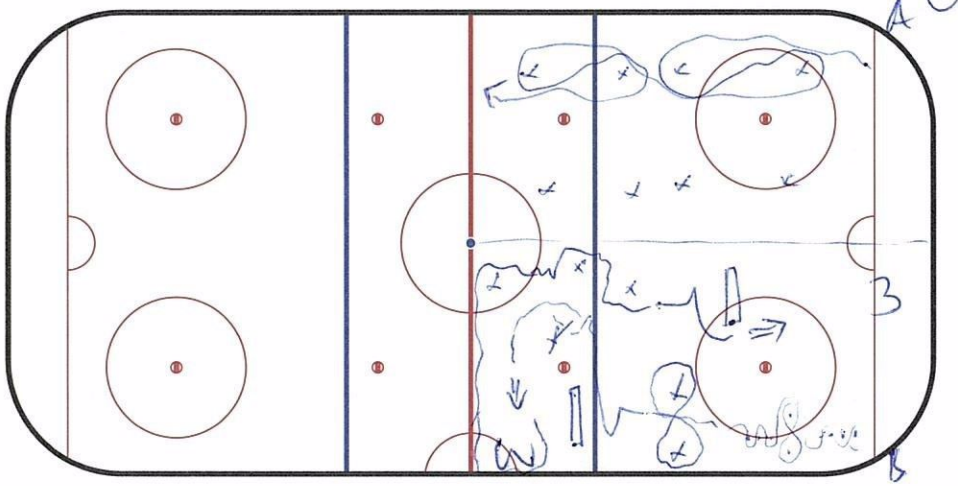
④ Spiel 4:4 10min

TEAM: U11

DATUM: 22.11.22

TRAINER: Merkin, Joel C.

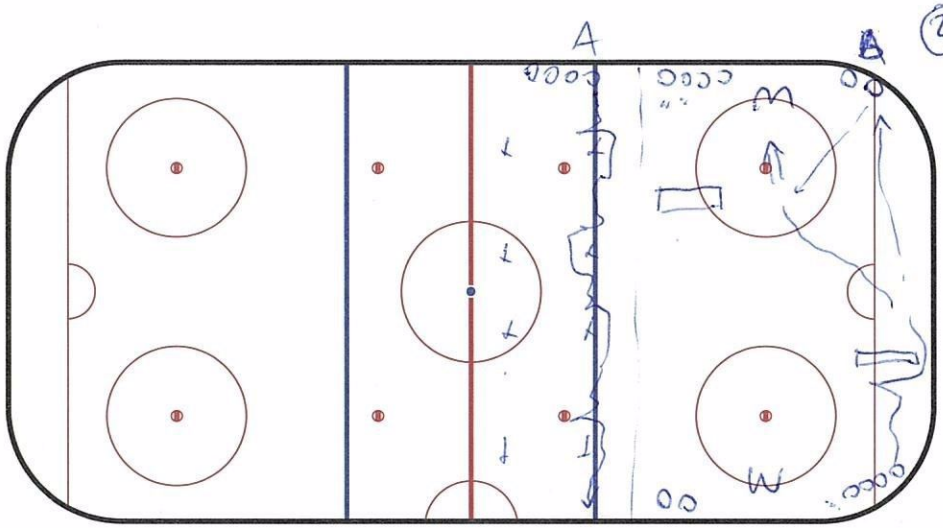
TRAININGSPLAN



① A Skating

B Parcour Stickhandling

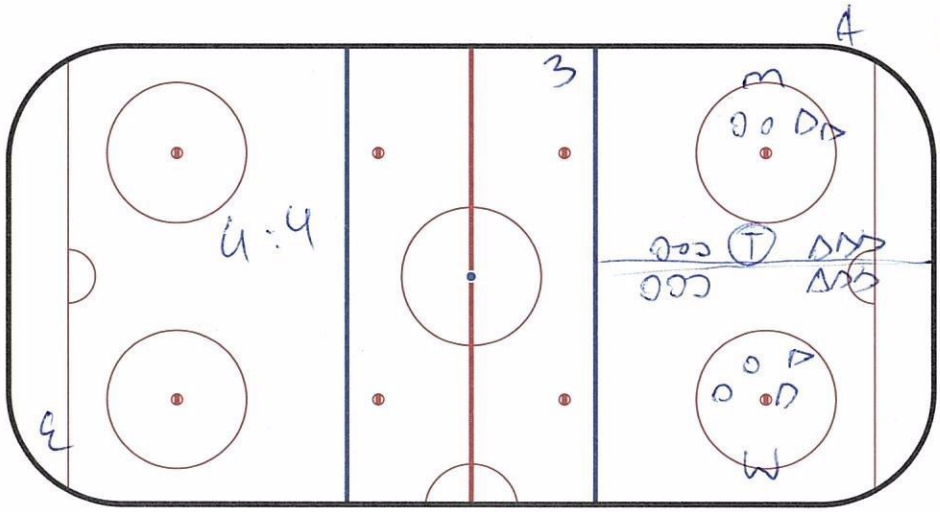
2 × 10 min



② A Stickhandling

B 1:0 mit Puck

2 × 10 min



③ A 2:2 Pass zum Trainer

8 min

B 4:4 auf größeres Feld

TEAM: U11

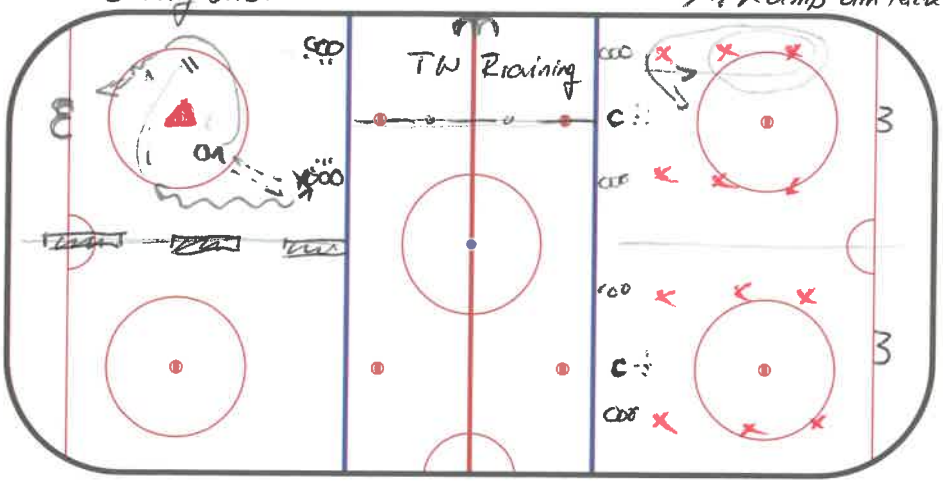
DATUM: 23.11.2022

TRAINER: Cori
Pasta
Benno

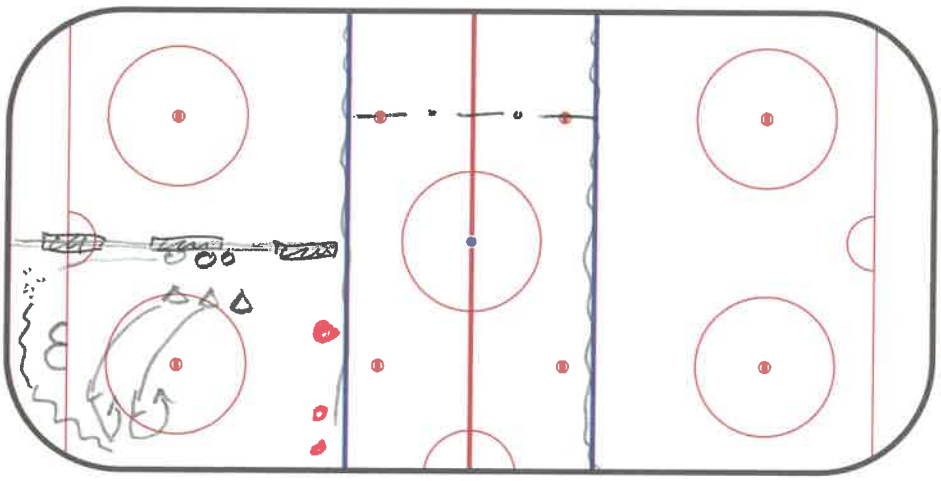
- Warm up Rot-Blau-Rot 5min
- 10min Lauf um 1. Scheibe
  2 Gruppen

TRAININGSPLAN

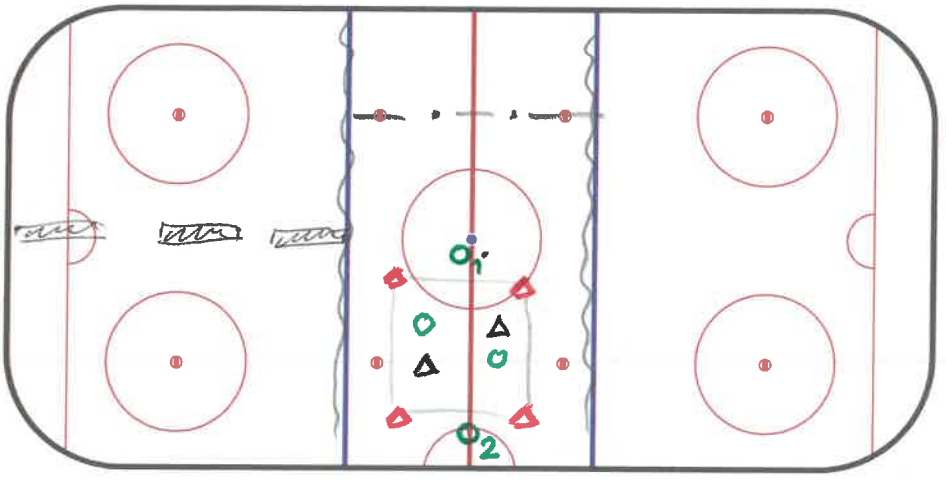
Sling shot



1. Kampf um Puck.



1x1 Pass zu O1
1x1 fährt außen entl.
zum TOR O1 dicht
sich an. Bekommt
Pass = TOR-Schuß.
1x1 Nach Pass auf
andere Seite Bremsen.
Drill von and. Seite



Aus 1 gegen 2
wird 2 gegen 1.
O muß mit Pucke
bis zum Reifen
zwei △ greifen an.
wenn △ Pucke hat
2-1 aufs TOR.

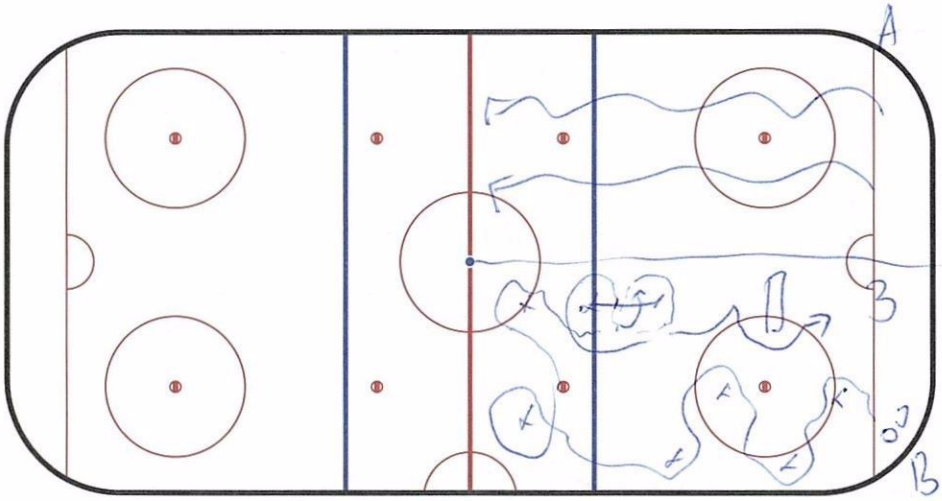
Cross Fire
O1 Spieler Außen
muss einen O Spieler
im Feld anpassen.
dieser muß zu O2
passen ohne dass
△ Spieler ihn
daran hindert.

TEAM: U11

DATUM: 29.11.22

TRAINER: Mathis, Joe

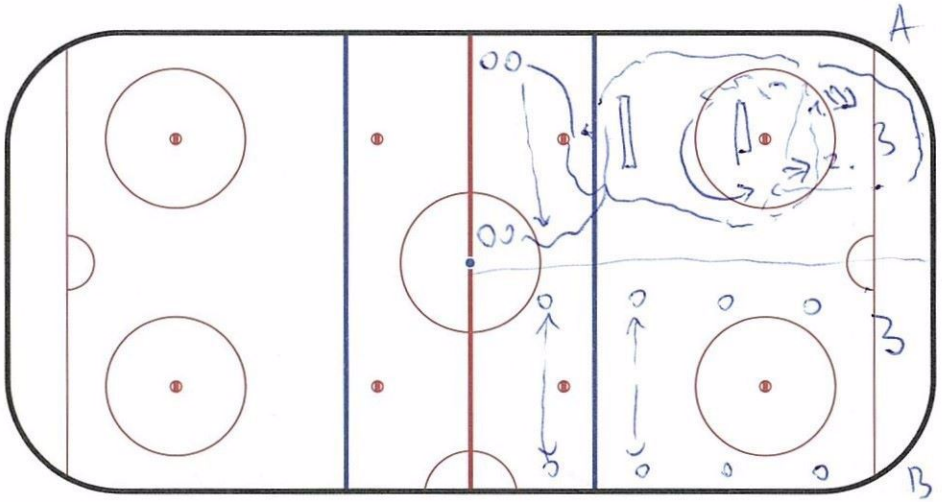
TRAININGSPLAN



A Laufen ABC

B Parcour

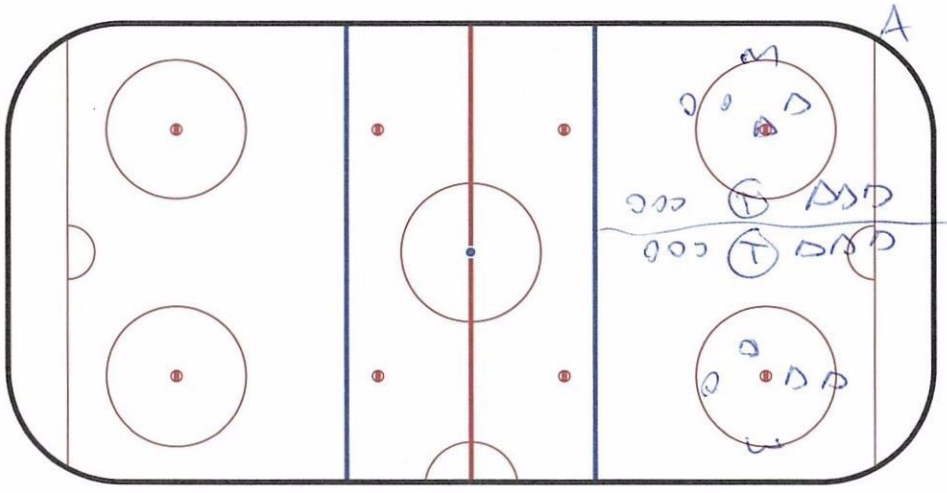
2 × 10 min



A Passen mit Kreuzen

B Passen im Stand dann in Bewegung (Pendel

2 × 10 min



Spiel 2:2

5 min

dann 4:4

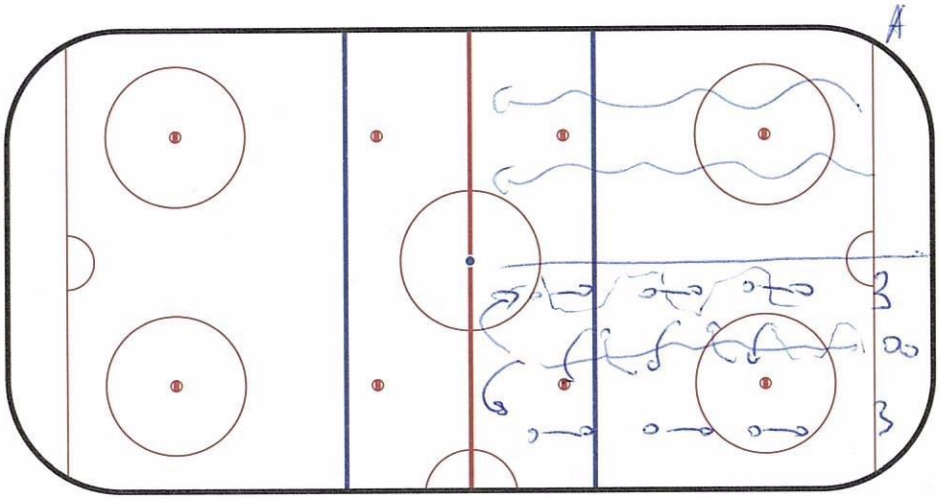
5 min

TEAM: U11

DATUM: 29.11.22

TRAINER: Martin, Markus

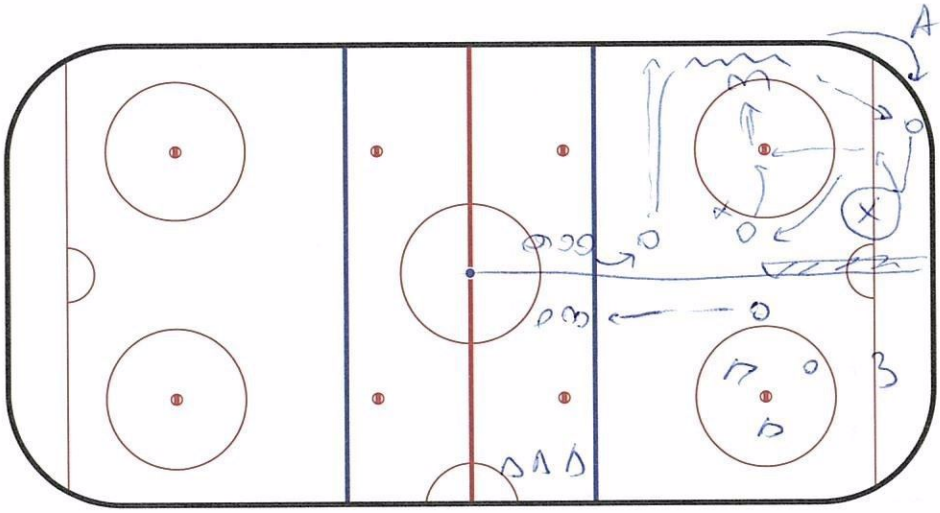
TRAININGSPLAN



A Laufen ABC

B Stickhandling

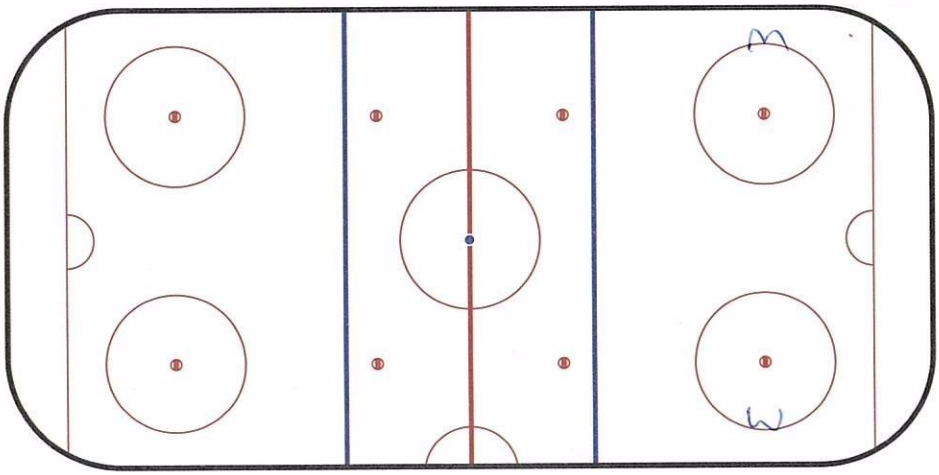
2x 10min



A Passen + 2:0

B 2:2 + Joker

2x 10min



Spiel 3:3 / 4:4

E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

DATUM: 30.11.2022.

TRAINER: COZI
Pasta
Benno

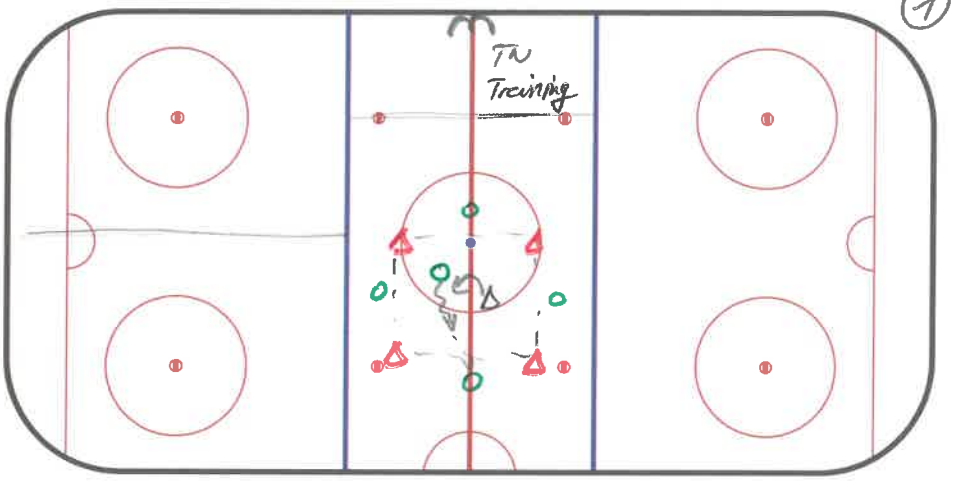
TRAININGSPLAN

5 min Warm up Rot-Blau-Rot

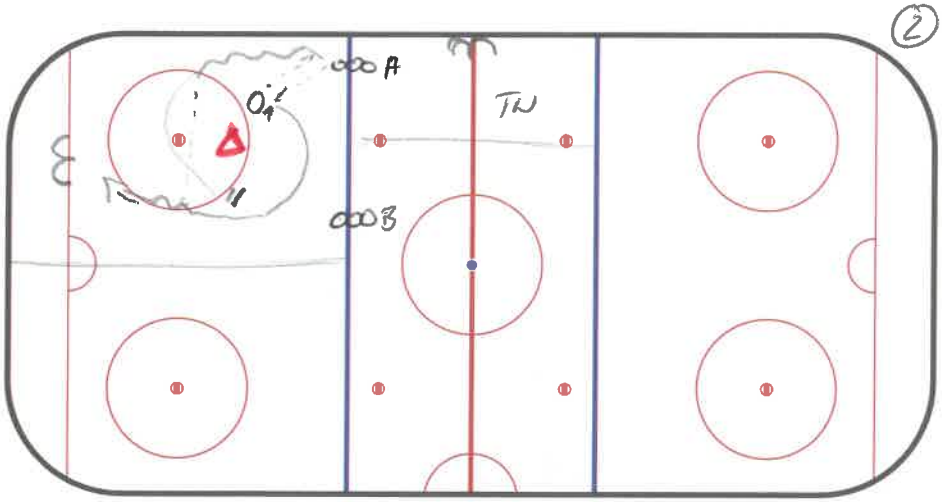
10 min Wettlauf Kamp um Scheibe mit TOR-Schuß

Je 10 min 3x Stations-Training

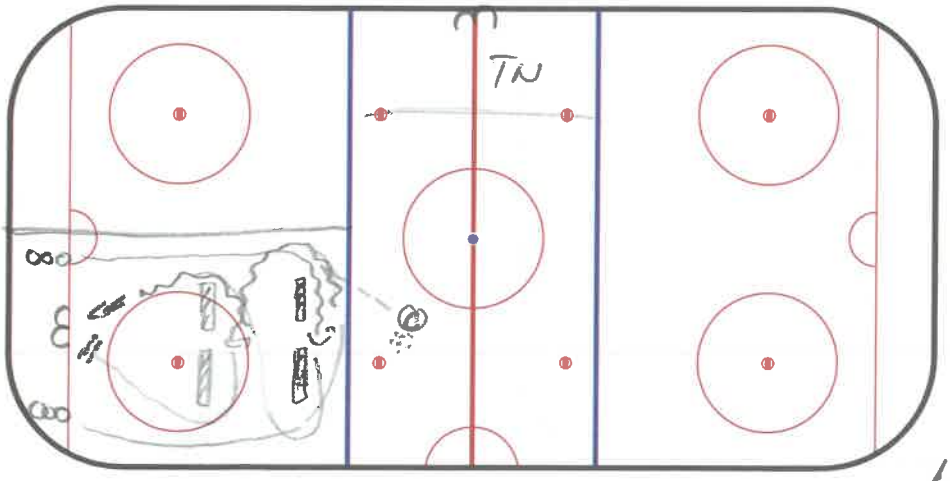
1. 1-1 mit 4 Joker
2. Sling-Shot
3. Drop-Pass hier wichtig Nach-Schuß!



① 1-1. Der Spieler mit Puck kann die außen Spieler anpassen und sich wieder anbieten. Belastung 30-45 sec. dann Wechsel.



② Sling-Shot:
O1 bekommt Pass von A und spielt Pass zurück. Dann Bietet sich O1 an und A fährt außen und spielt Pass zu O1. A fährt auf Andere Seite. Jetzt gleiche wieder.



Spieler Starten von Torlinie. am blauer Linie bekommt einer einen Pass von ©. Dann ~~kreuzen~~ die Spieler mit Droppass. Nach zweiten Dropp-Pass Schuß auf's TOR. Zweiter Mann sofort auf Nach-Schuß.

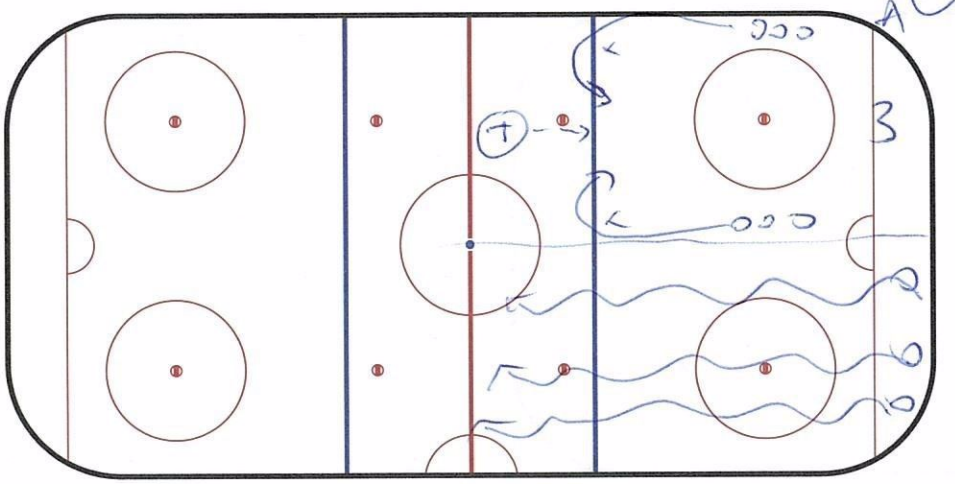
E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

DATUM: 1.12.22

TRAINER: Joe, Mathi

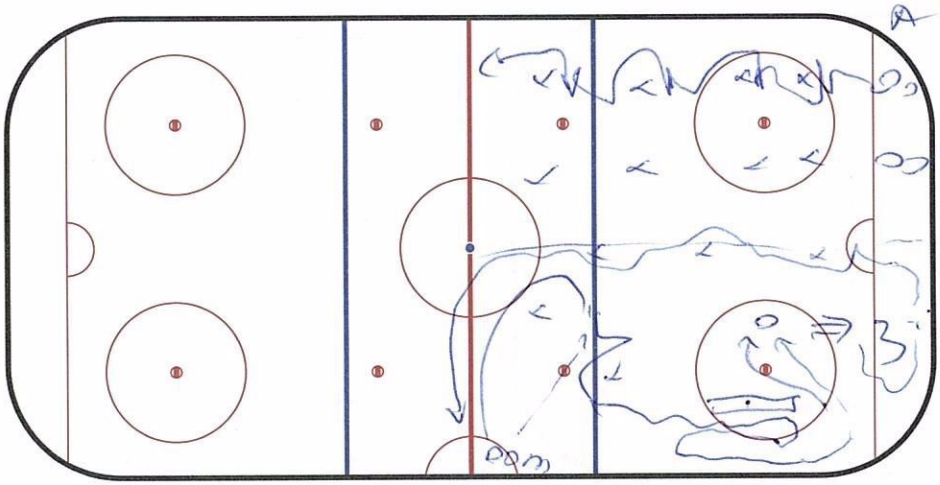
TRAININGSPLAN



① A 1:1

B Skating ABC

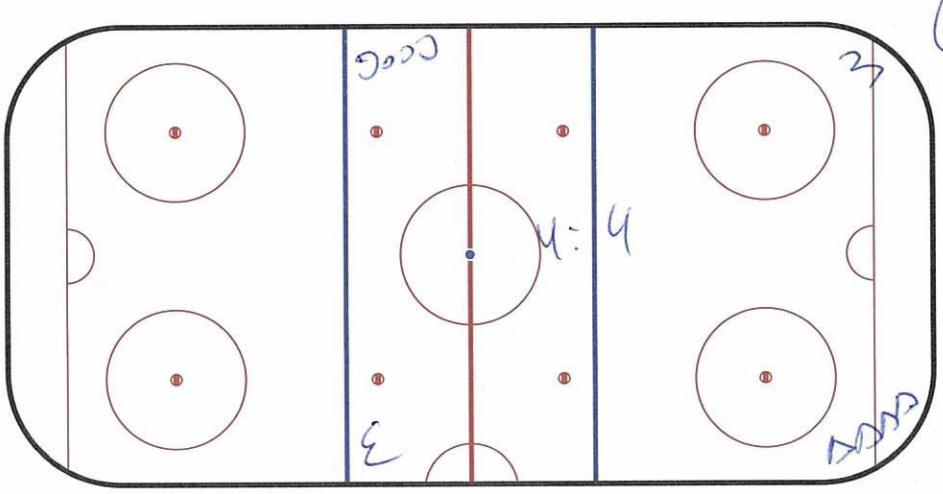
2×10min



② A Stickhandling

B Parcour mit Pass

2×10min



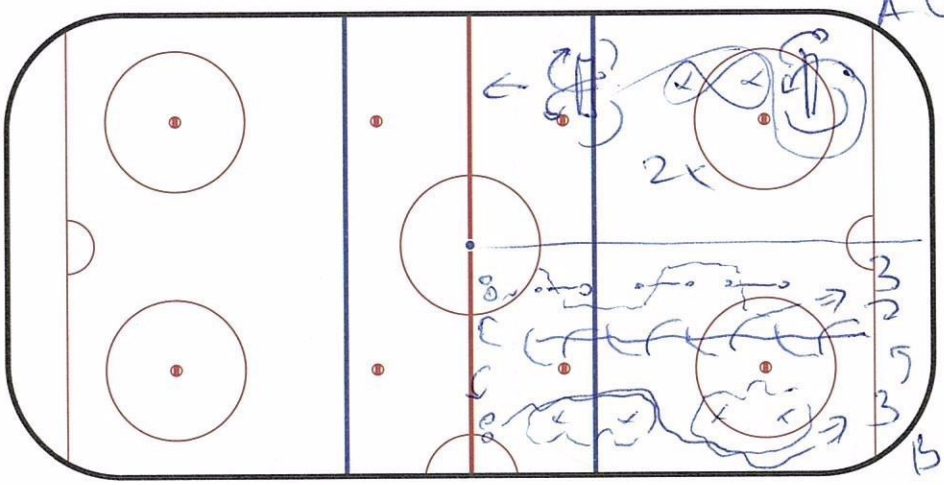
③ Spiel 4:4

TEAM: U11

DATUM: 6.12.22

TRAINER: Martin, Markus

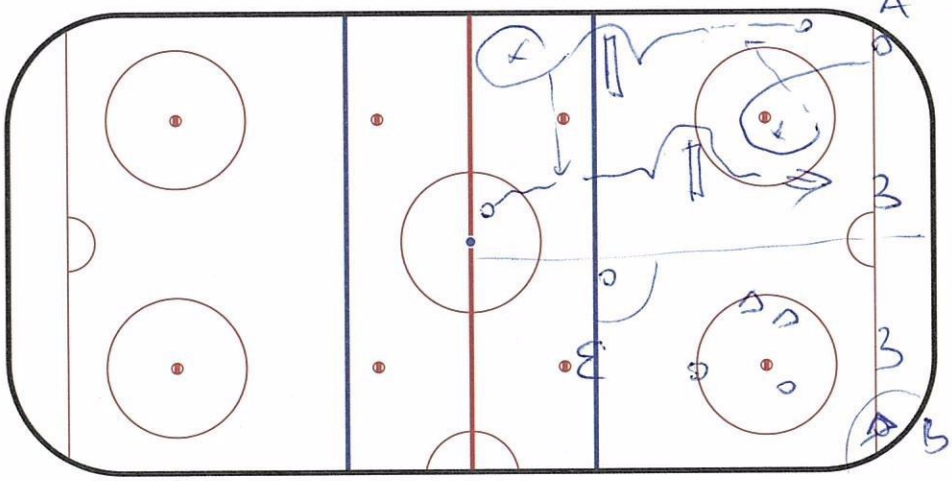
TRAININGSPLAN



① A Skating - Sprünge

B Stickhandling - Scheibenkontrolle

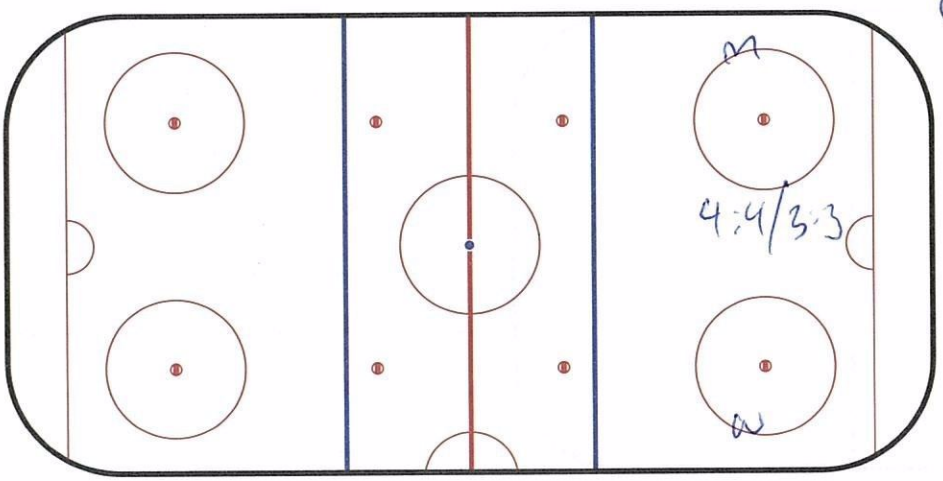
2x 10 min



② A Passen aus dem Lauf

B 2:2 + Offens. v. Soter

2x 10 min



③ Spiel 4:4 / 3:3

15 min

E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

DATUM: 7.12

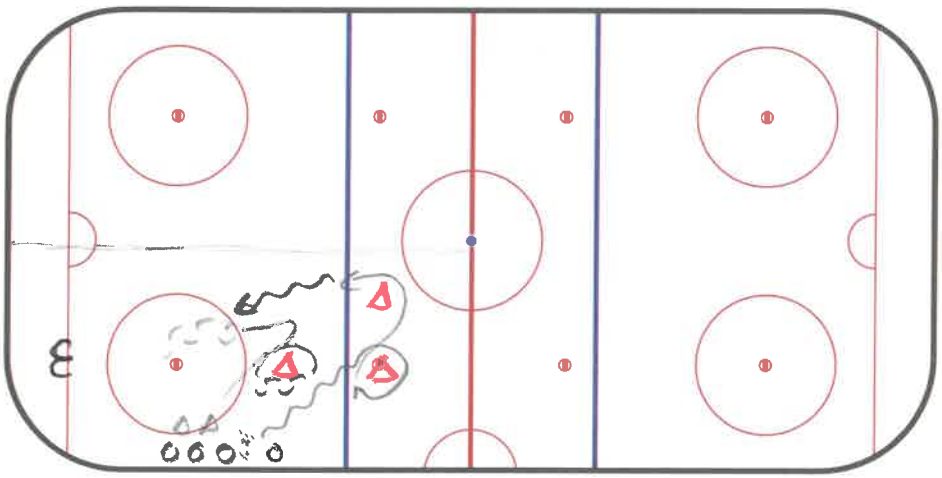
TRAINER: Cori
Pasta
Benno

TRAININGSPLAN

5 min Warm UP Rot Blau Rot

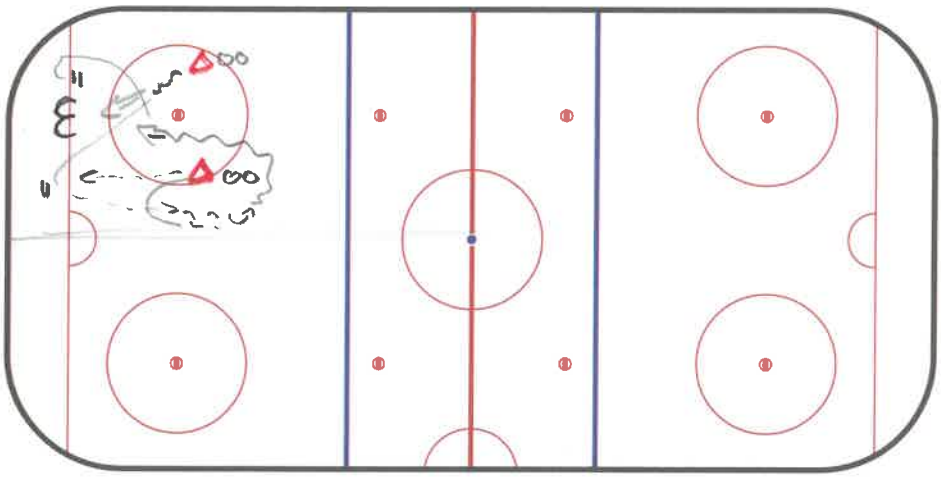
- Transition 1-1 (12 min
- Schuß mit Pass (12 min)

- Joker Spiel (12 min)
- Box 3-1 (12 min)



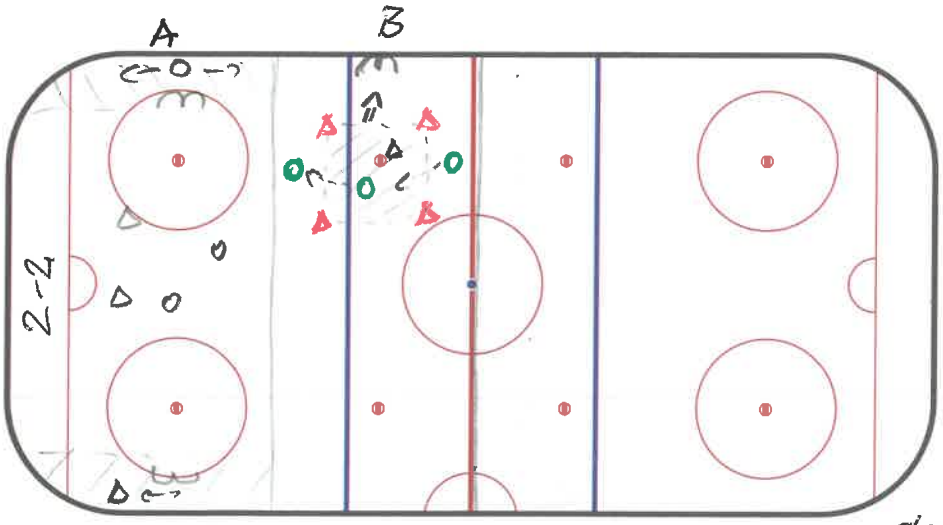
Transition Skate 1-1

Spieler mit Puck O startet, Zweit Spieler als Verteidiger △ läuft Symbolen zu O um den Reifen. Dann 1-1 aufs TOR



Schuß mit Pass 8

Spieler Startet mit Schuß und stellt sich neben TOR. Zweit Spieler spielt Pass und bietet sich an. Pass zurück ~~um~~ fährt um Spieler herum und stellt sich auf andere Seit am TOR



A Joker Spiel 2-2 mit Joker hinter dem TOR

B 3-1

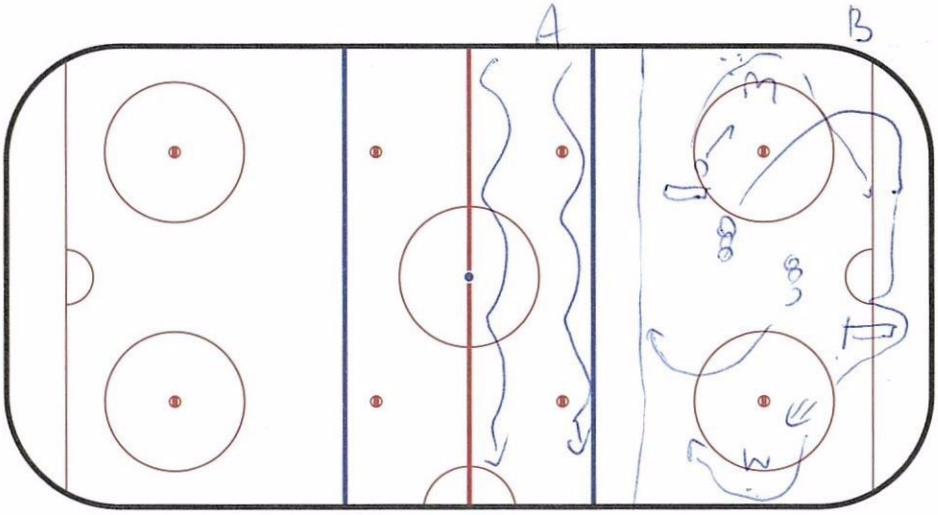
O Spieler Außen müssen 2x den O Spieler anpassen dann darf O Innen aufs TOR

TEAM: U11

DATUM: 13.12.22

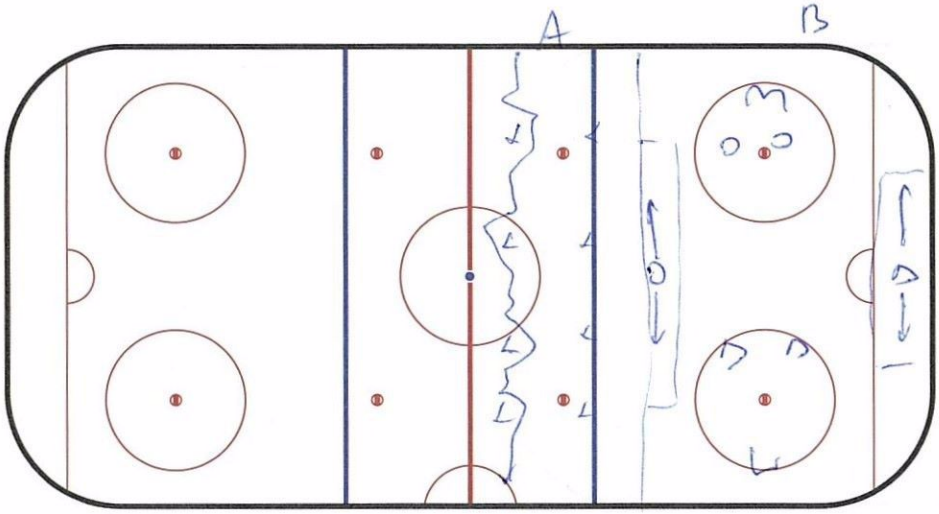
TRAINER: Martin, Markus

TRAININGSPLAN



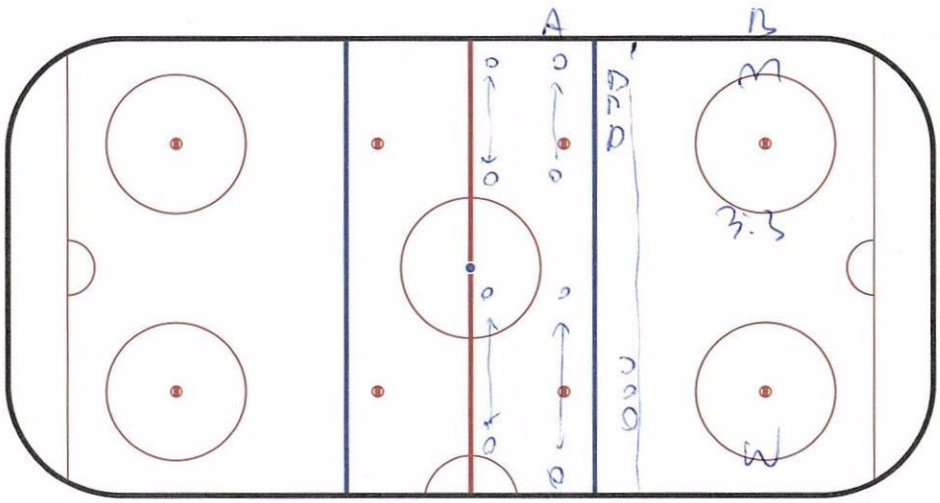
A Skate
B Passkarussel
Timing

2 × 10 min



A Stocktechnik
B 2:2 mit 1 oder 2 Seile
(oder Ecken)

2 × 10 min



A Passen Gruppe 1

B Spiel Gruppe 2-3

(extra Tafeln)

3 × 5 min

E.H.C. KLOSTERSEE

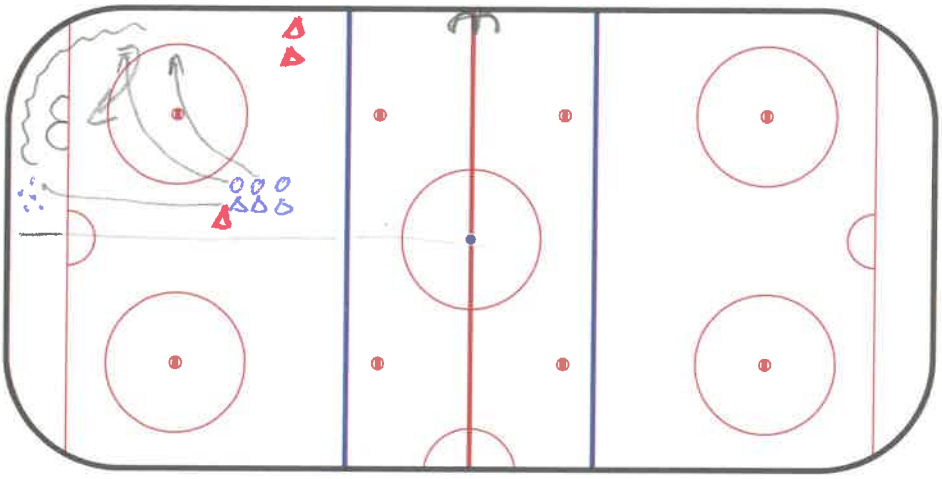
TEAM: U 11

DATUM: 14.12.2022.

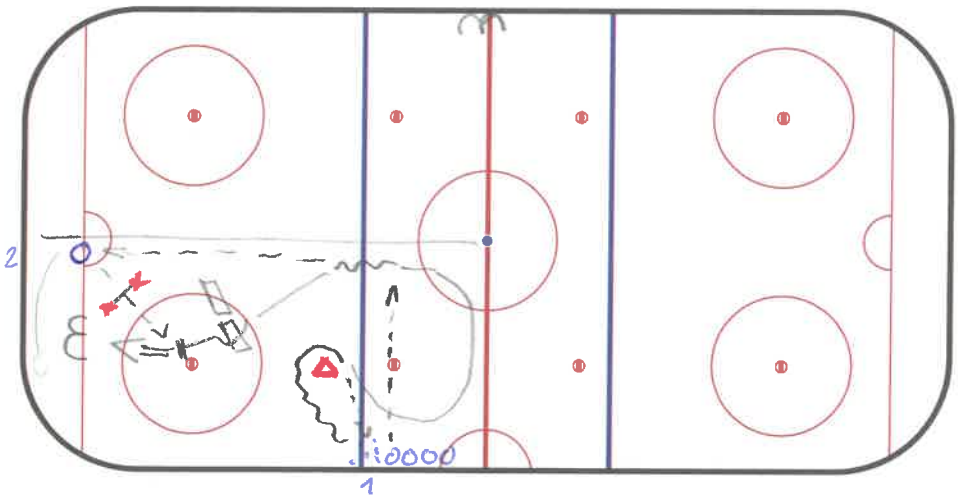
TRAINER: Cori
Benno
Pasta.

TRAININGSPLAN

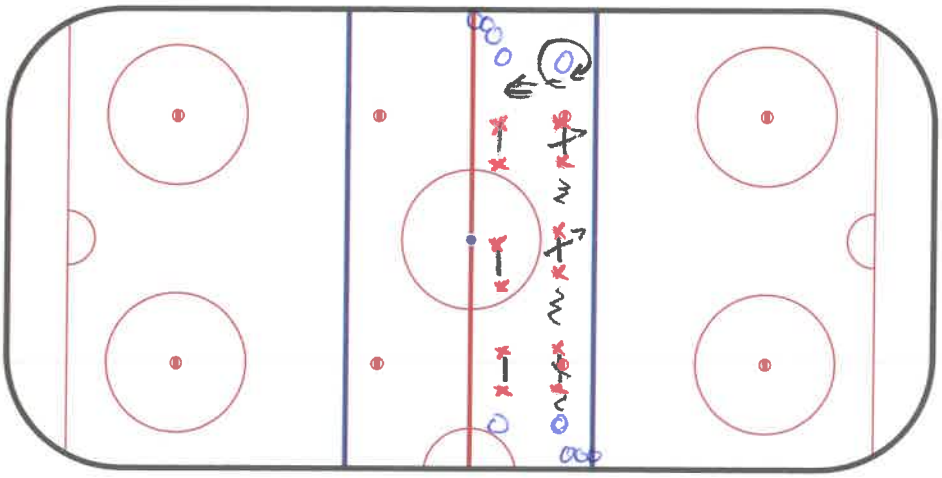
- 5 min Warm - up
- 3 Stations - Training
  10 - 12 min
- Abschluß - Spiel
  Joker je nach Anzahl von Spielern.



1-2 Δ Spieler holt Puck und muß hinter das Tor fahren Zwei O Spieler greifen an mit Tor-check. Wenn O Scheibe gew. Schuß aufs TOR.



1 Spieler startet mit Puck. um Reifen. Pass zurück. Dann anbieten "Abseits" Nach Pass zurück Pass in Ecke - über Hind. springen. Pass zurück und Torschuß



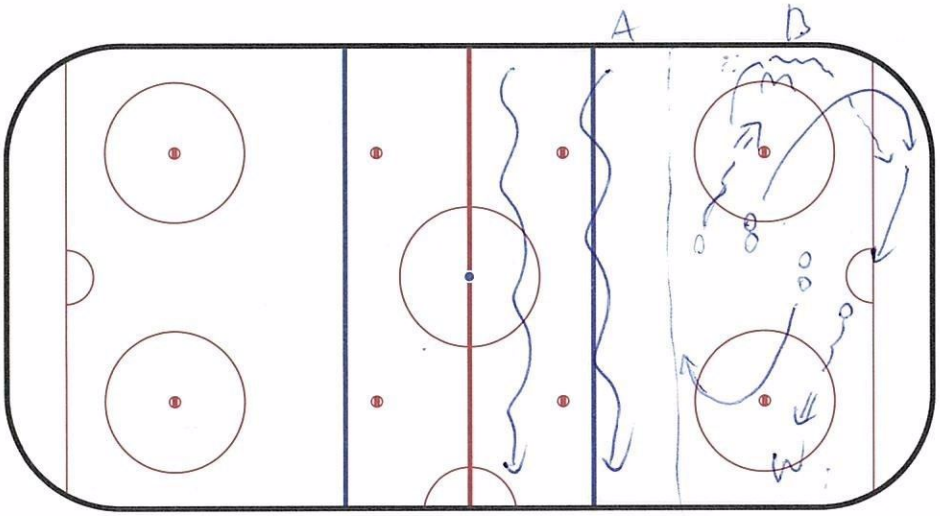
Stick handling durch Hindernisse dann um Reifen und Pass auf andere Seite

TEAM: U11

DATUM: 15.12.22

TRAINER: Martin, Joe

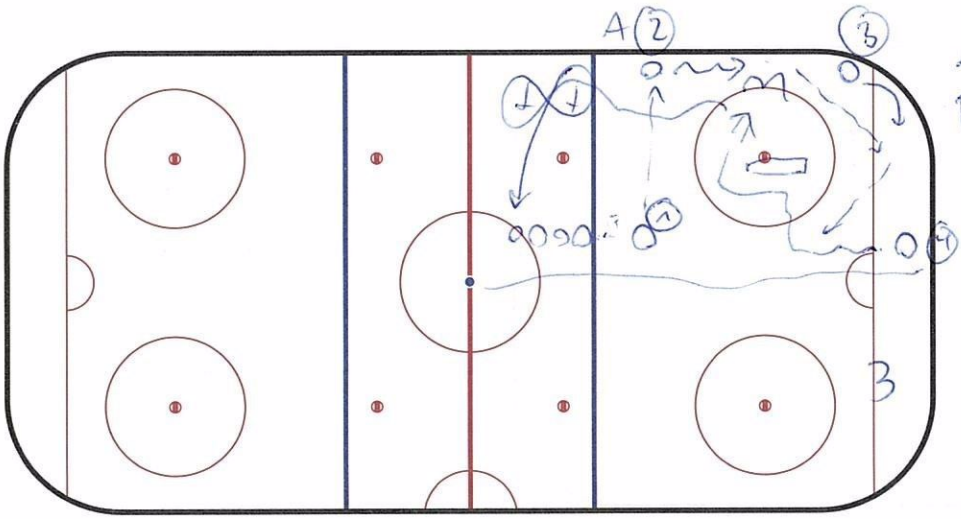
TRAININGSPLAN



A Skating

B Passen mit Timing

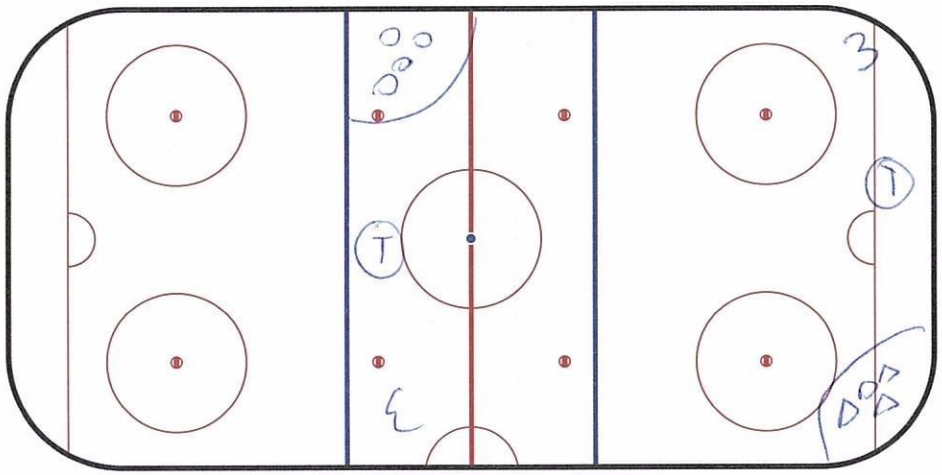
2 × 10 min



A Passen und folgen

B Spiel mit Joker

2 × 10 min



Spiel 4:4

je 1 Trainer Defensiv Joker

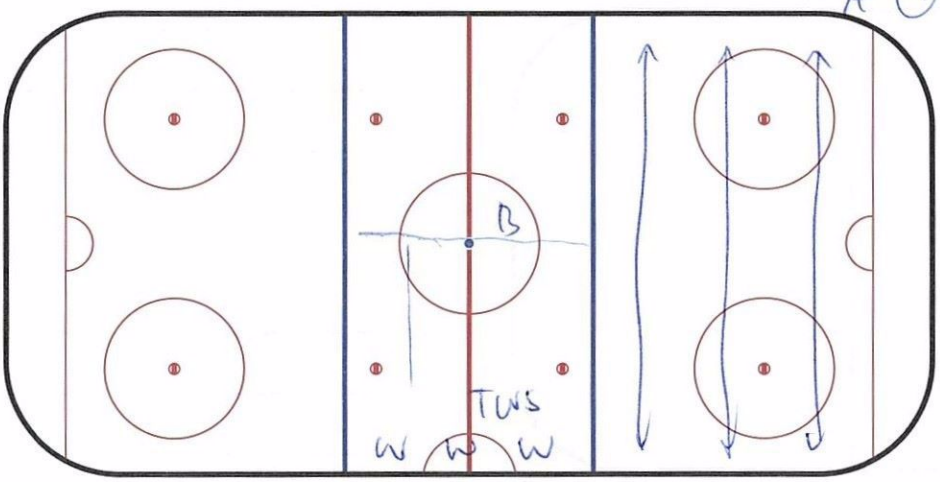
15 min

TEAM: U11

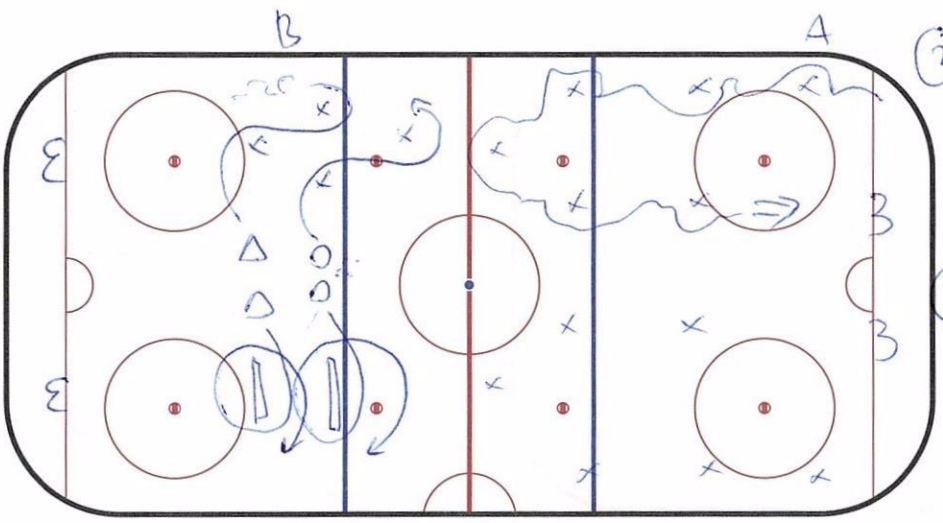
DATUM: 20.12.22

TRAINER: Markus, Edi

TRAININGSPLAN

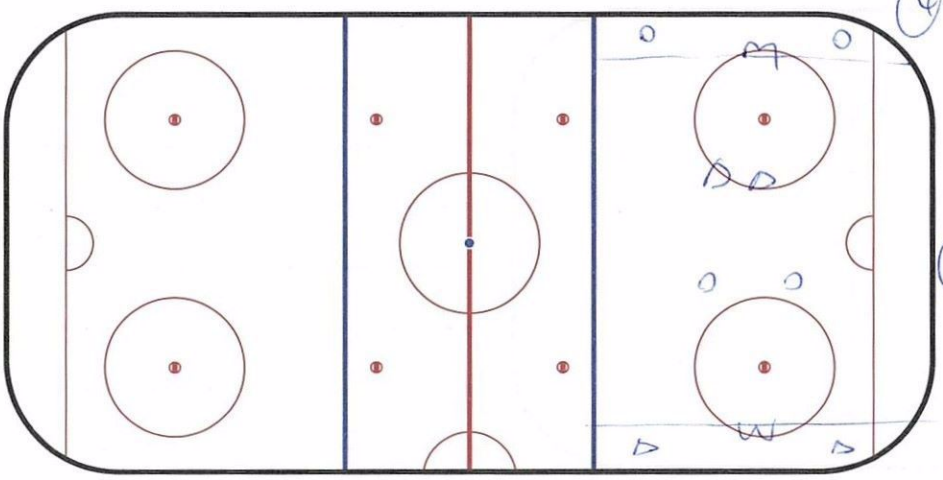


① A Skating
10 min
B TWS Edi
12 min



② A Stickhandling mit Schuss
12 min

③ 1:1
10 min



④ 2+2 + 2 Offensivjoker
Spieler → Joker → Wechselt
10 min

⑤ Spiel
3:3 | 4:4 normal

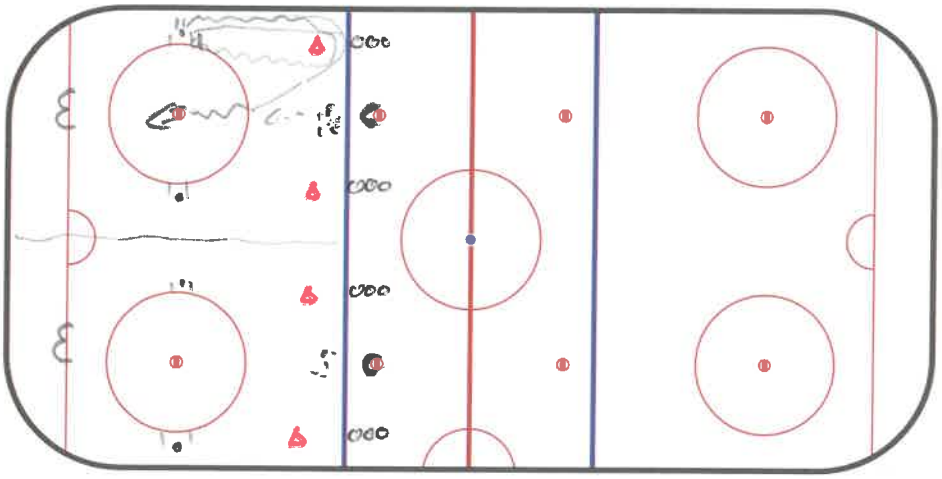
TEAM: U11.

DATUM: 21.12.2022

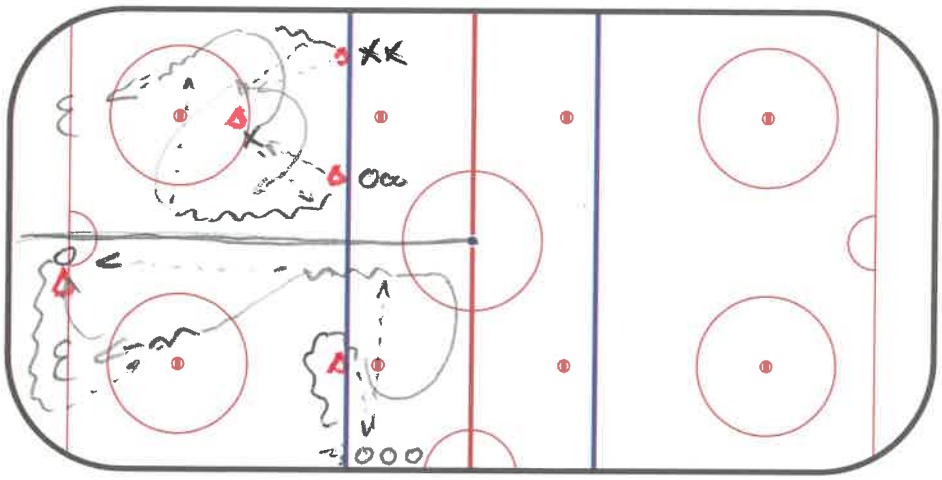
TRAINER: Cori
Benno
Dave TN.

TRAININGSPLAN

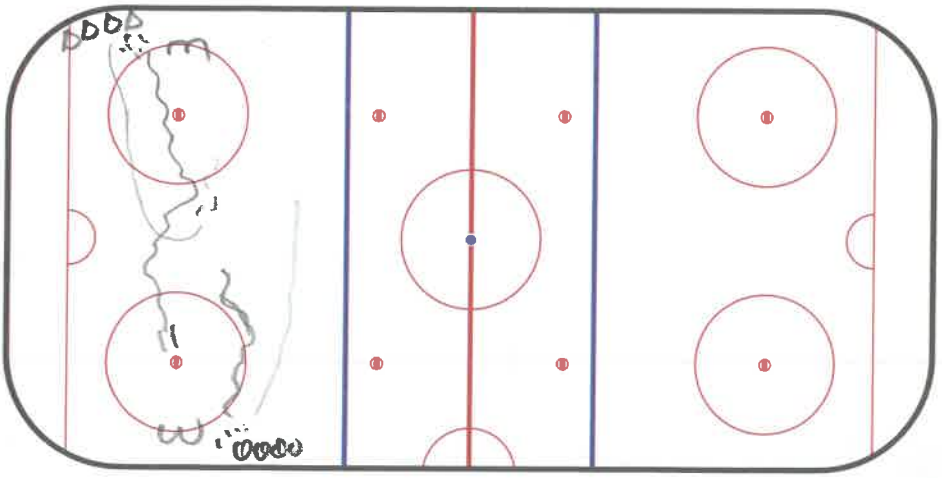
- 5 min Aufwärmen
  Rot - Blau - Rot Fangen.
- 1-1 Laufzweikampf um Puck
- Rotation mit Anbieten
- Pass und Pass hinter den Tor
- Poker Game



Rennen 1-1 mit Puck. Spieler skatet rund holt den Puck zwischen den 2 Marks. Skatet um das Hütchen herum. und bringt Puck wieder zurück zu 1 Mark dann Pass von C



Pass mit Doppel Pass
O Spieler fährt außen x Spieler bietes sich zwei an. Pass von O an x. O fährt nach Pass zurück rund dagegen den Dritt



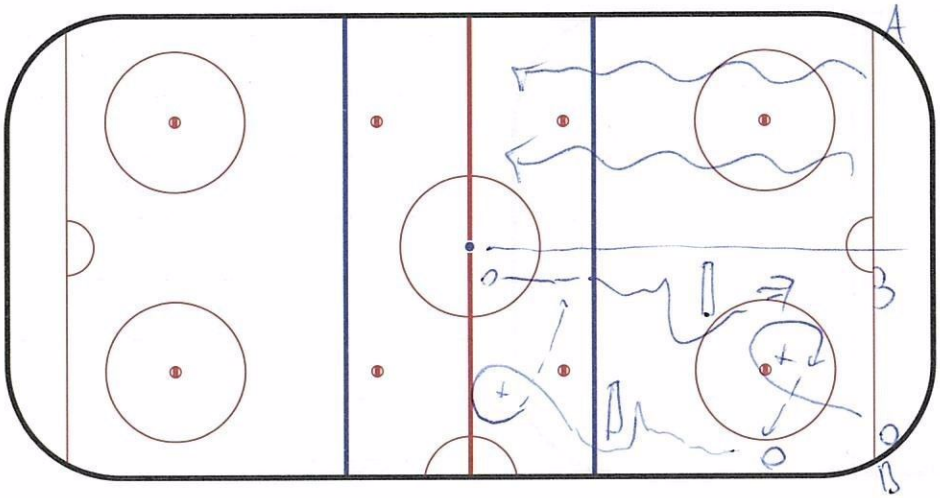
Poker Game
Bei Pfiff starten aus den Ecken zwei Spieler je einer mit Puck. Jetzt können die beiden Entscheiden ob eine verteidigt oder beide Angreifen.
wer als erstes Tor erzielt. Fertig

TEAM: U11

DATUM: 22.12.22

TRAINER: Martin Cori

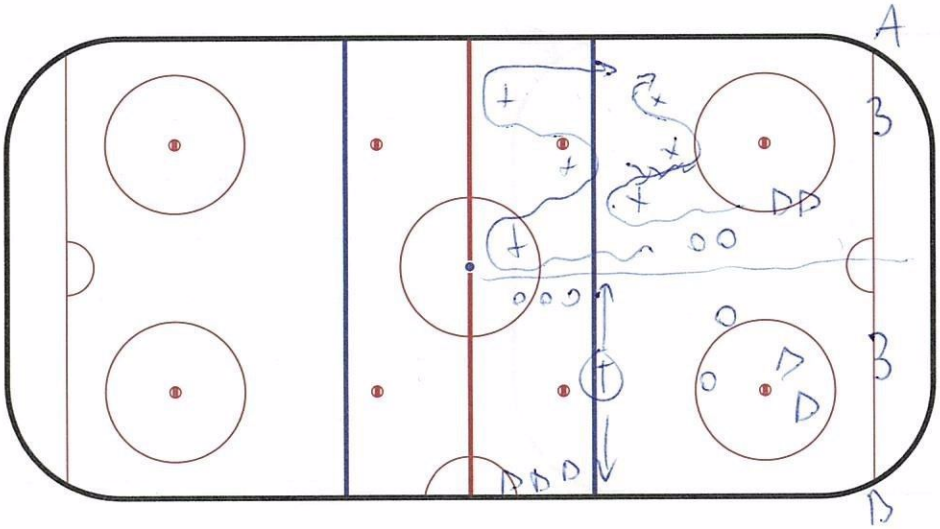
TRAININGSPLAN



A Skating mit Scheibe

B Passen Timing

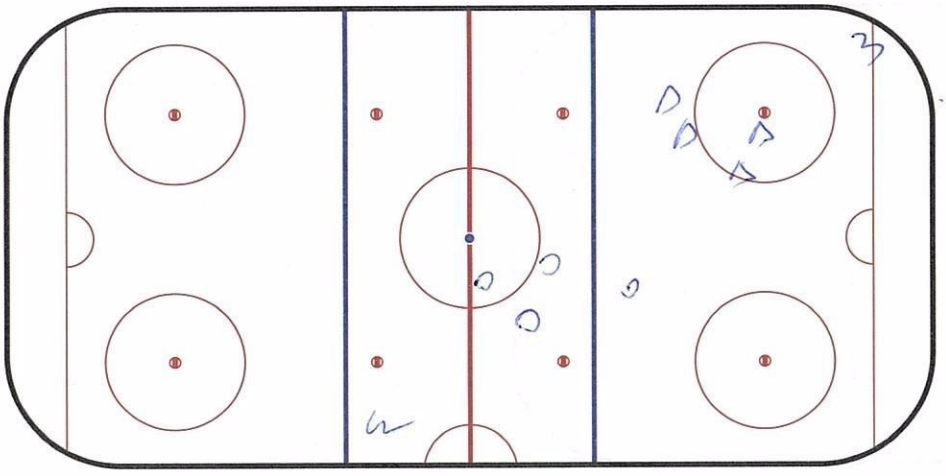
2 x 10 min



A 1:1 Abholen

B 2:2 bei Scheibenverlust Pass zum Trainer

2 x 10 min

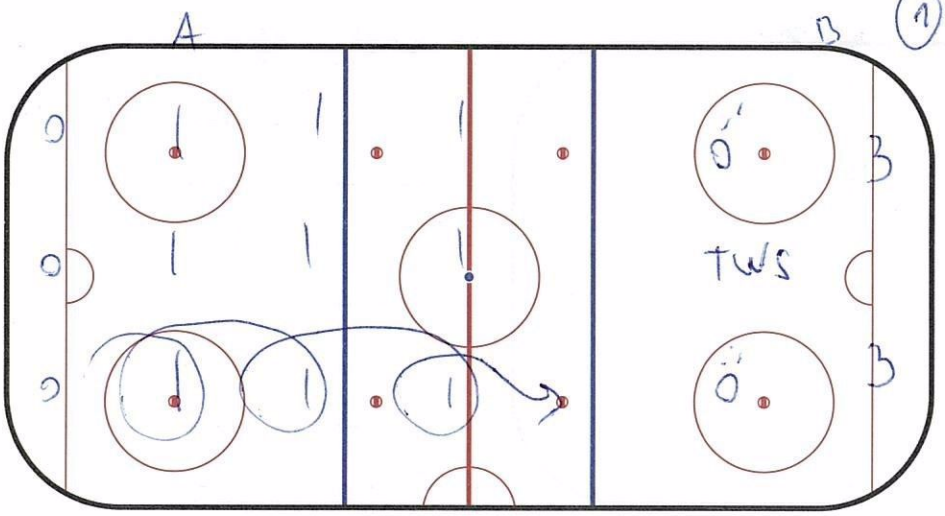


Spiel 4:4

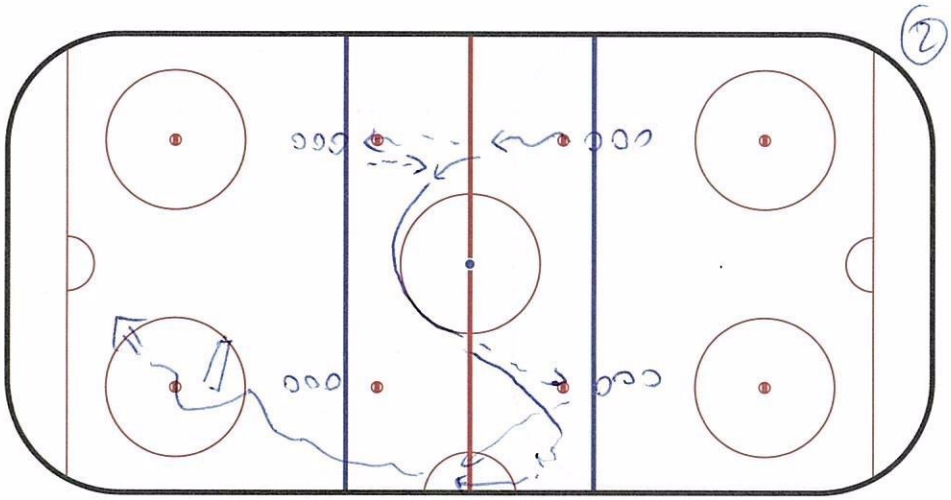
2 15 min

TEAM: U11
DATUM: 28.12.22 > 27.12.22 > gleich WH!
TRAINER: Martin, Sue

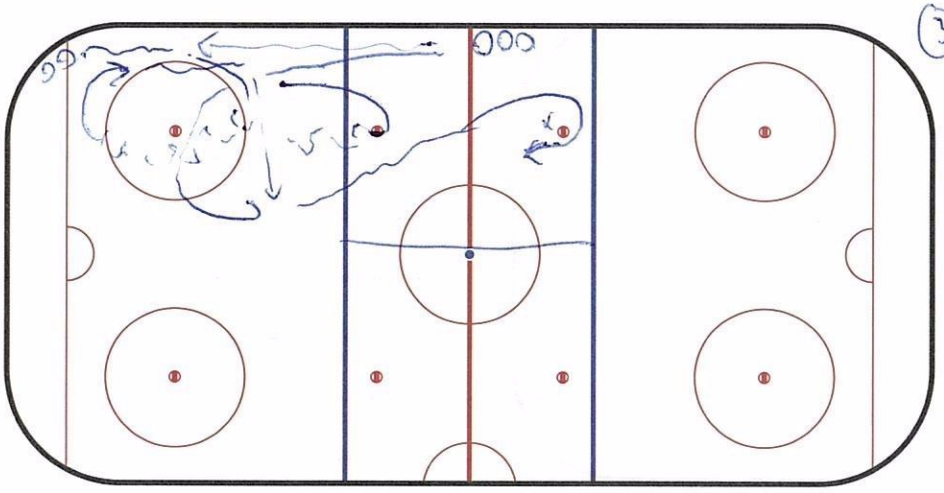
TRAININGSPLAN



① A Skating
B TW / Schießen
10 min



② 1:0 Passen
10 min



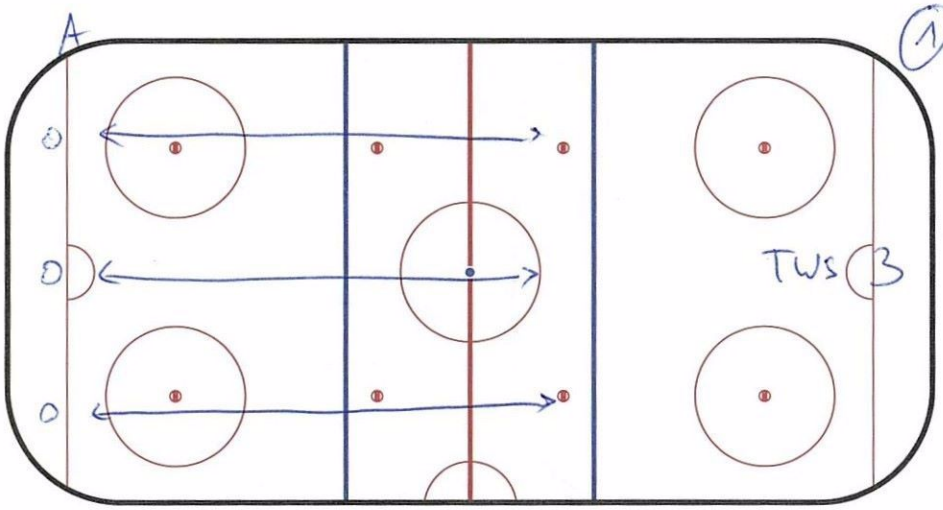
③ 1:1 Beide Seiten
10 min

TEAM: U11

DATUM: 29.12.22

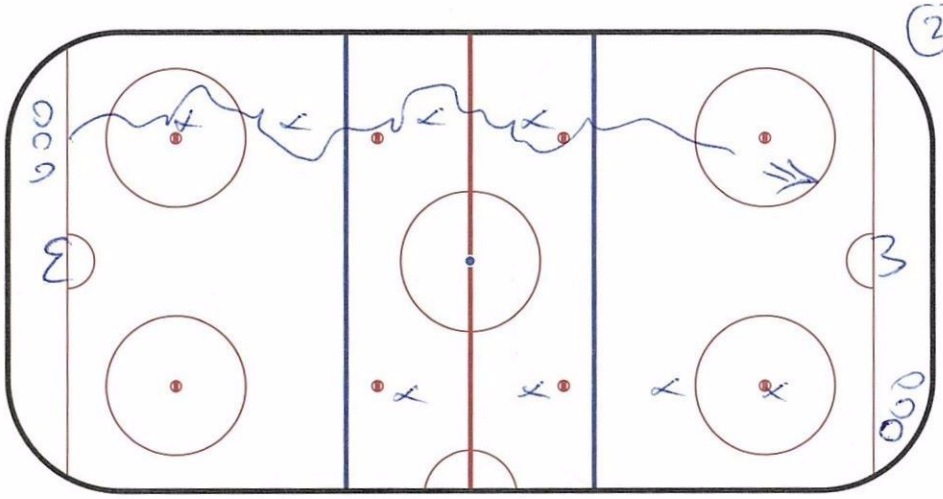
TRAINER: Martin / Marek

TRAININGSPLAN



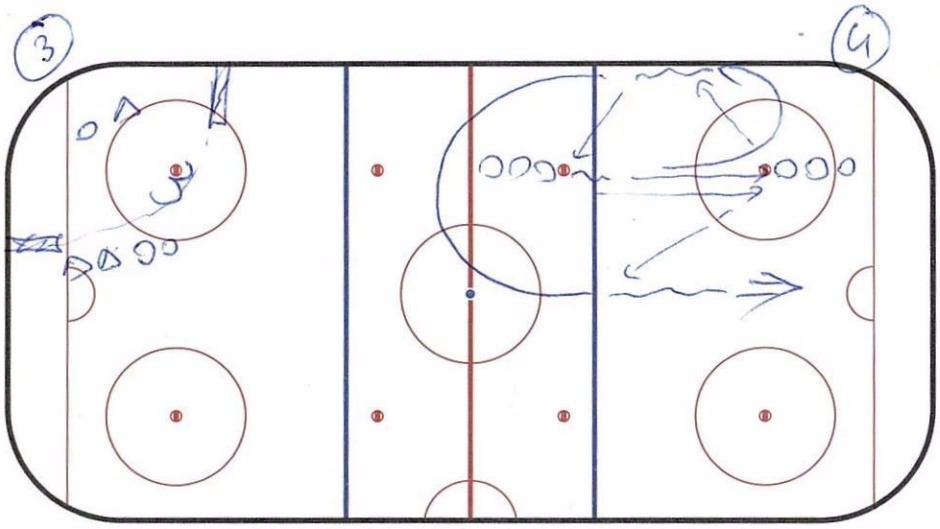
① A. Laufen ohne Scheibe | K | AK
Rückwärts

12 min



② Stockteknik

10 min



③ Spiel 1:1
Abwehrseite
8 min

④ Pucken 1:0
5 Pässe Sauber
10 min

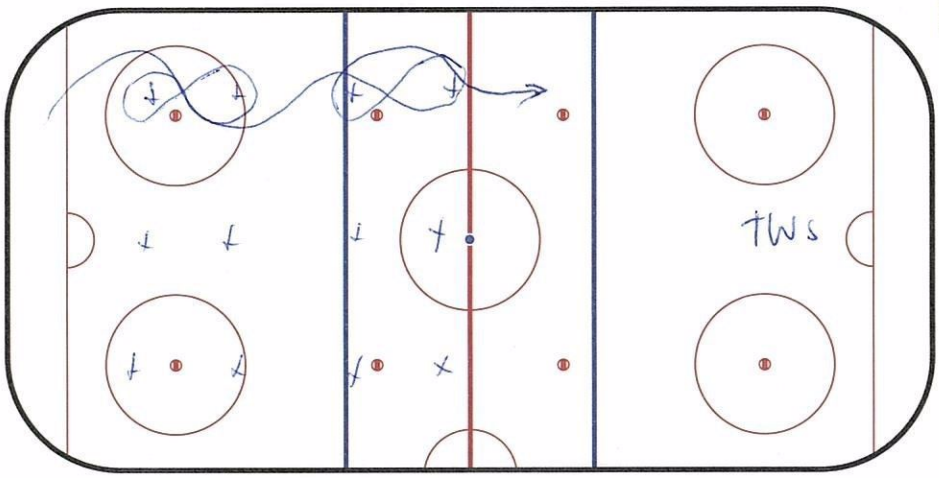
⑤ Spiel 3:3 quer

TEAM: U11

DATUM: 2.1.23

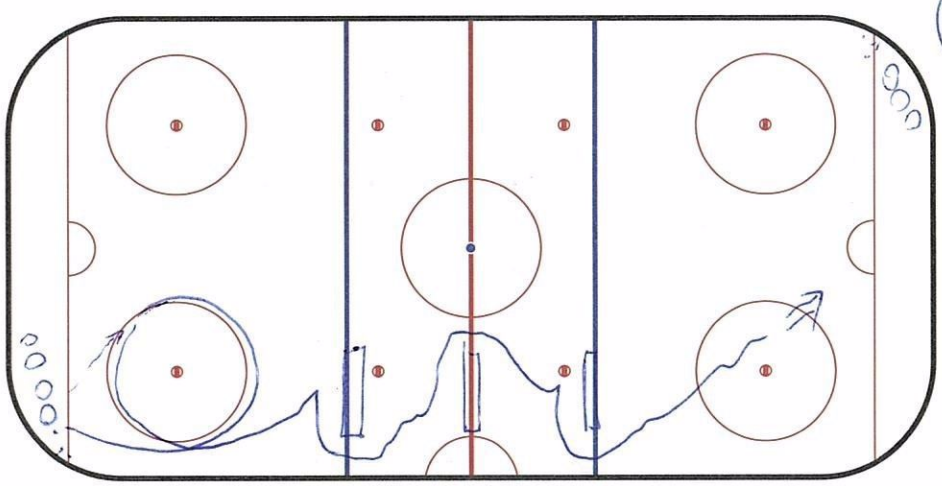
TRAINER: Martin, Soe

TRAININGSPLAN



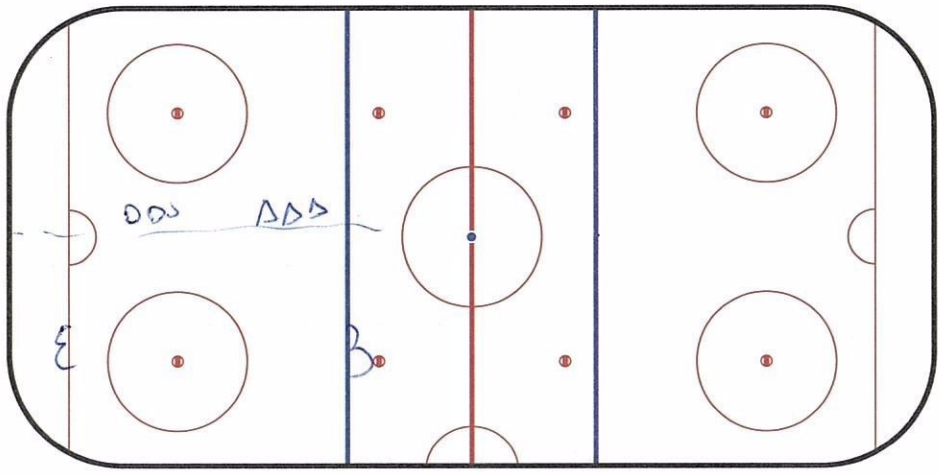
① IK/AK

12 min



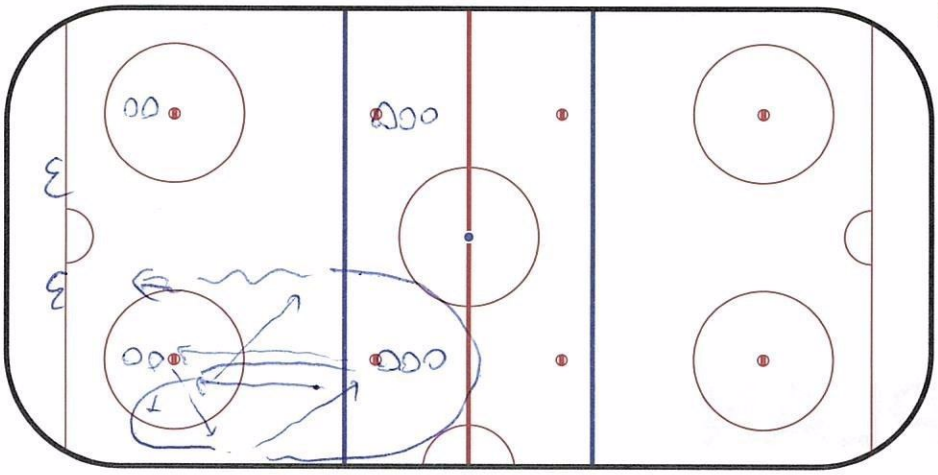
② 1:0 Warmup

10 min



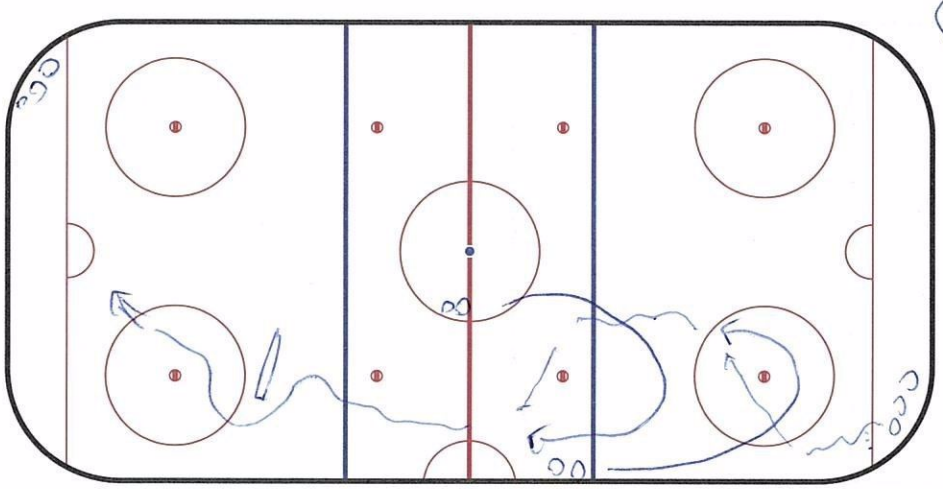
③ 2:2 Spiel enger Raum

10 min



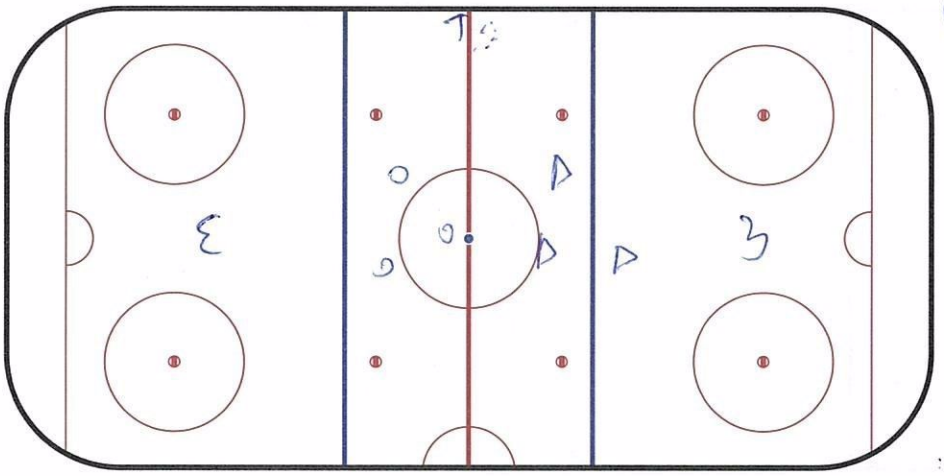
④ 1:0 Passen

10 min



4b 1: Passen

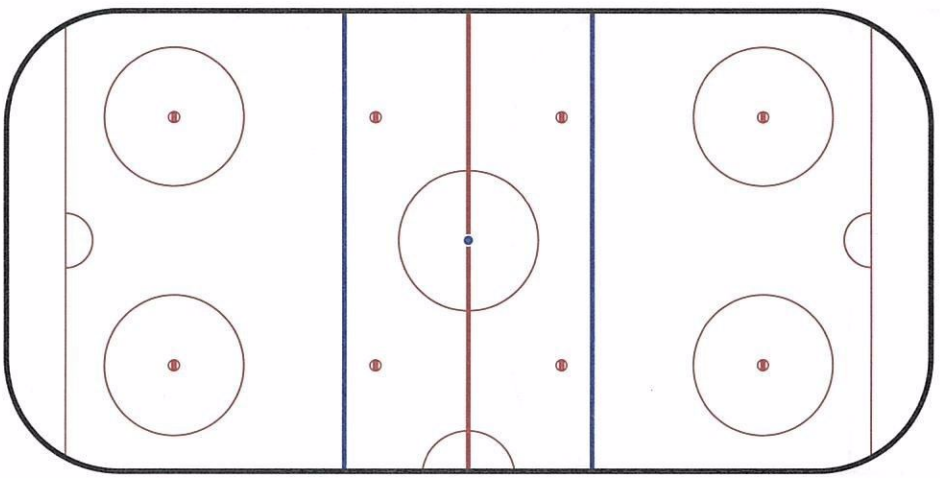
10 min



⑤ 3:3

Tore Linie Abseits

10 min

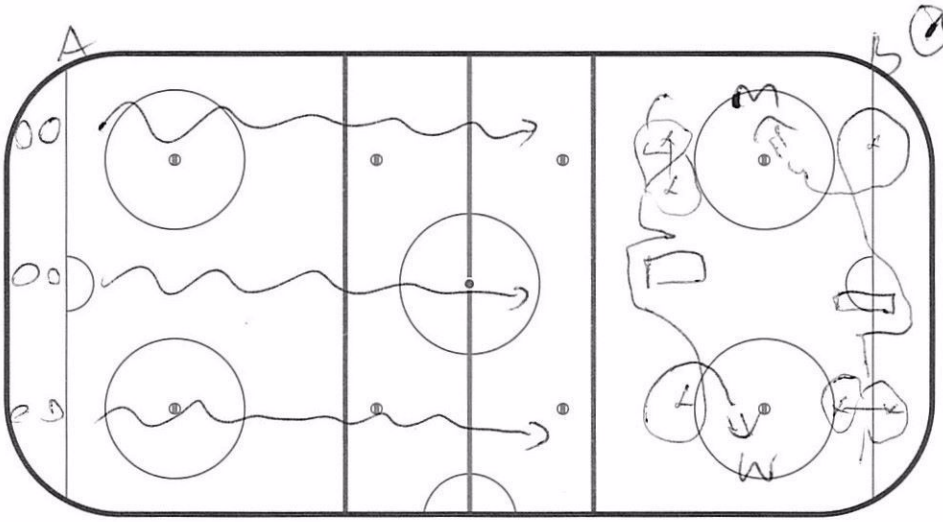


TEAM: U11

DATUM: 4.1.23

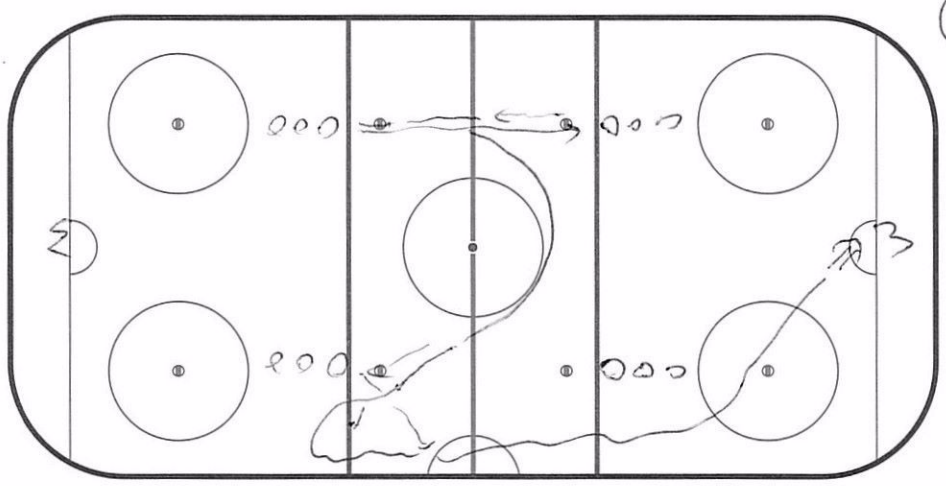
TRAINER: Jöc, Martin

TRAININGSPLAN



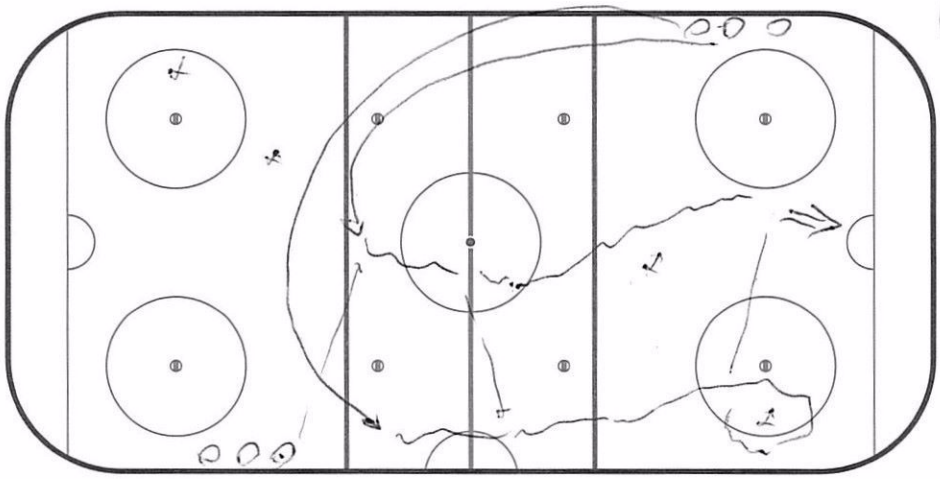
① 4 Stationen
b Stockführung

2 × 10 min



② 1:0 2 Doppelpässe
2 Spieler gleichzeitig

10 min



③ 2:0 Timing

2 × 8 min

④ Spiel Großfeld

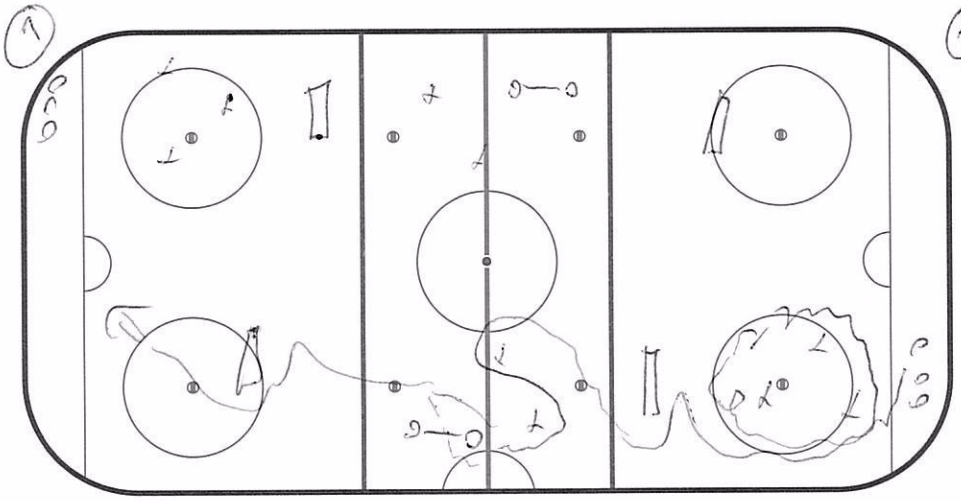
12 min

TEAM: U11

DATUM: 5.1.23

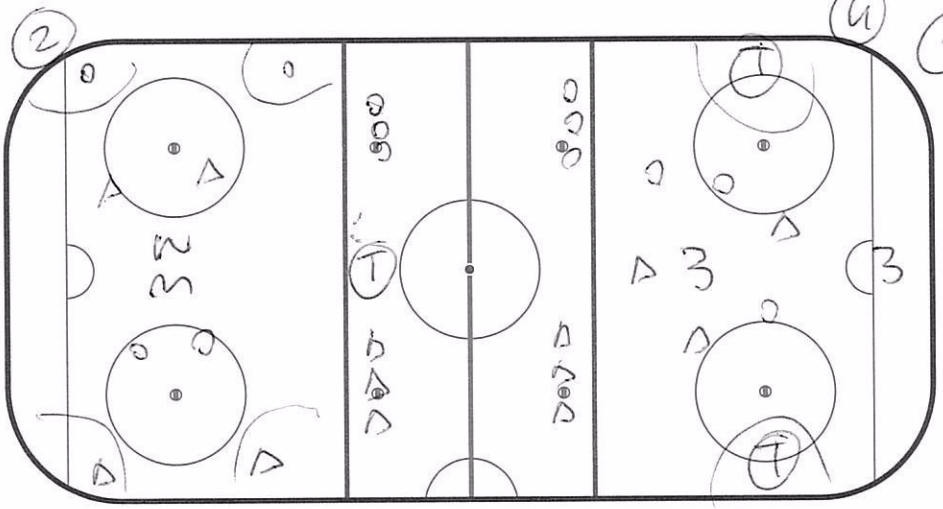
TRAINER: Joey, Lari, Martin

TRAININGSPLAN



① 1:0 Skating / Puckführung

12 min

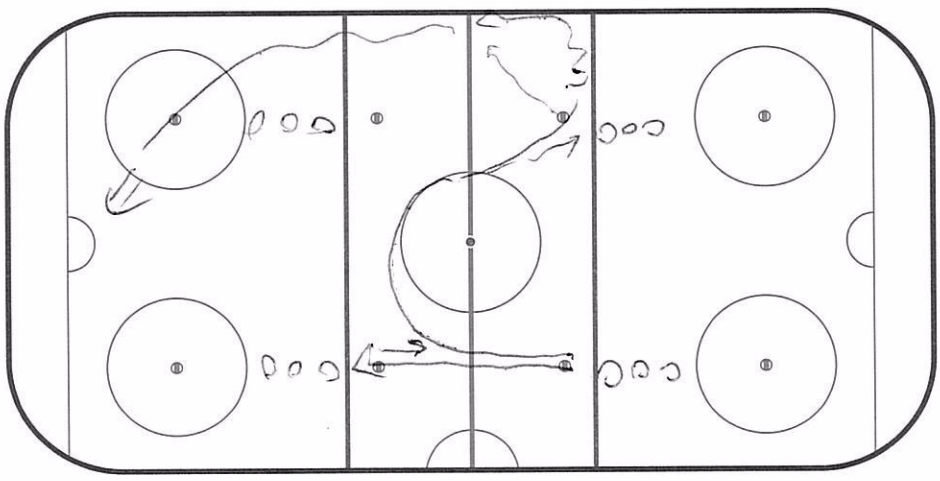


② Spiel

2 D-Joker

→ schießen ohne Pässe

10 min



③ 1:0 Saubere Pässe

10 min

④ Spiel 3:3

2 Trainerjoker

10 min

⑤ Spiel Großfeld

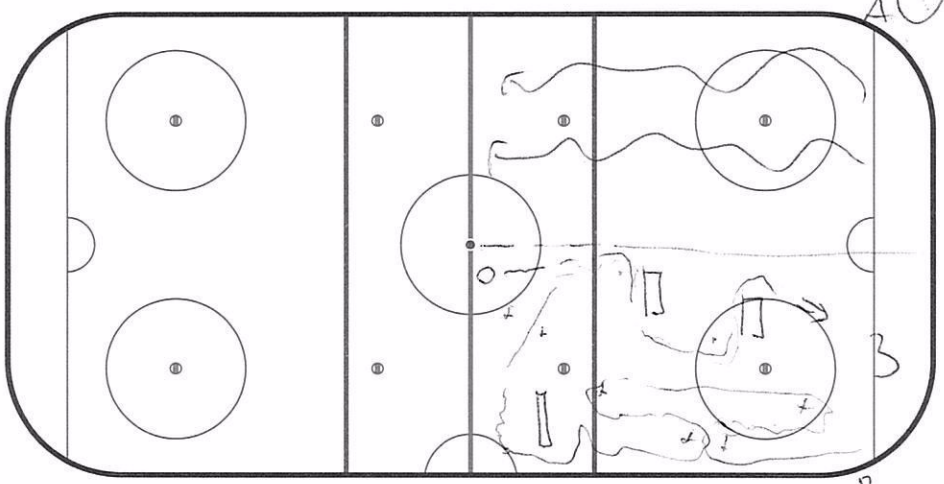
15 min

TEAM: U11

DATUM: 10.1.23

TRAINER: Martin, Daniel

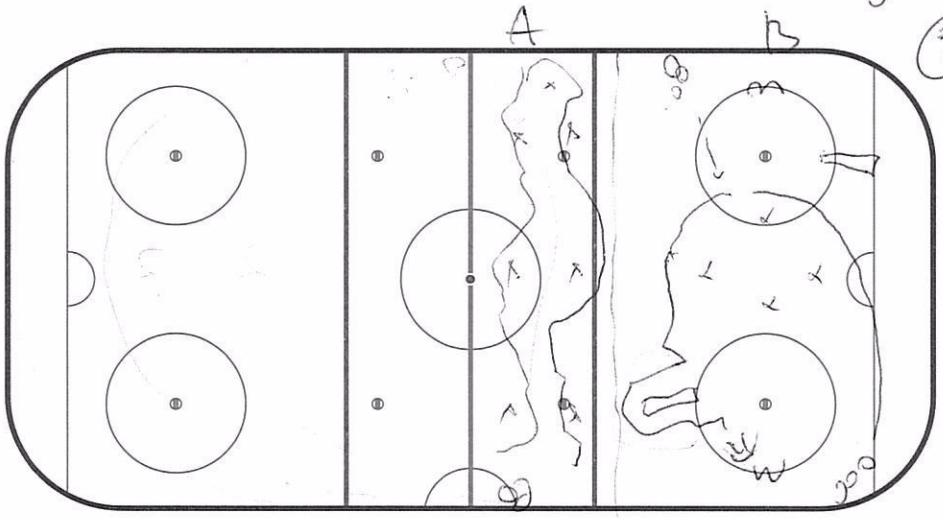
TRAININGSPLAN



① A Skating ABC

B Parcour

2×10

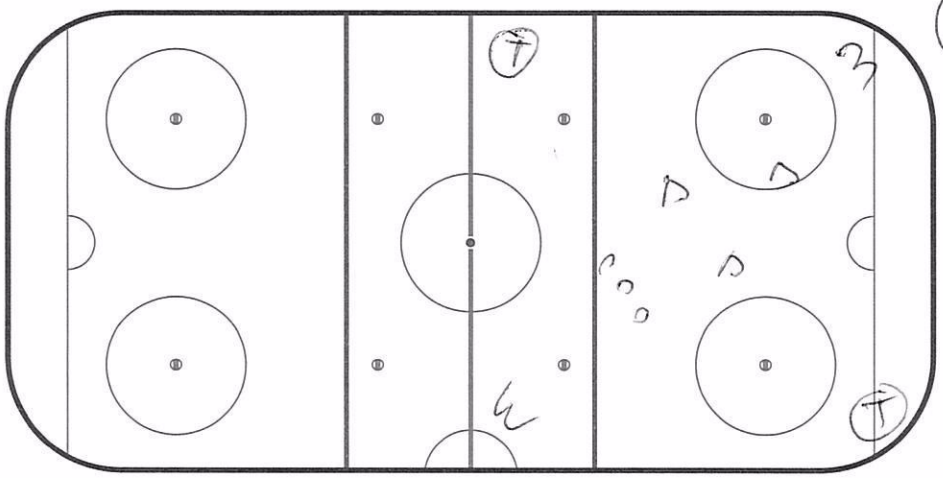


② A Schlittschuhführung

B Torschuss

2 Spiele gleichzeitig

2×10



③ Spiel 3:3

2 Trainerjoker

15 min

TEAM: U11.

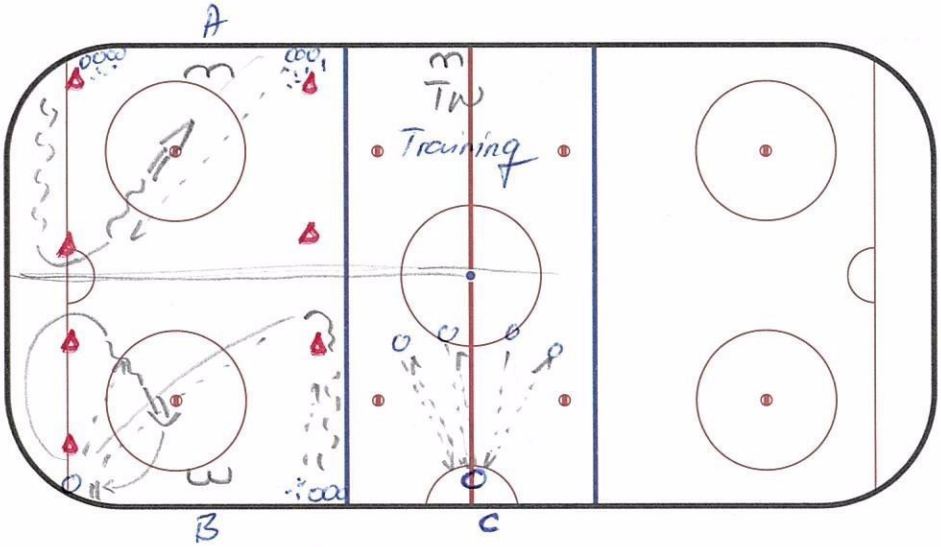
DATUM: 11.01.2023

TRAINER: CORI + Helfer.

TRAININGSPLAN

5 min Warm UP Rot Blau Rot

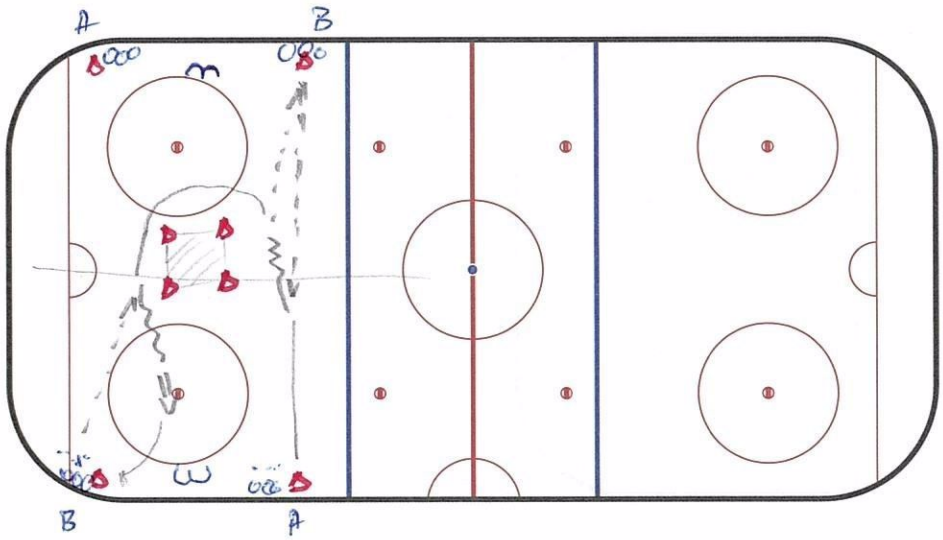
- 3 Stationen Training je 12 Min
- Pass – Schuß aus 4 Ecken
- Abschluß Spiel



A- Diagonal Pass mit sauberem Schuß aufs TOR

B Diagonal Pass mit neuen Anbieten.

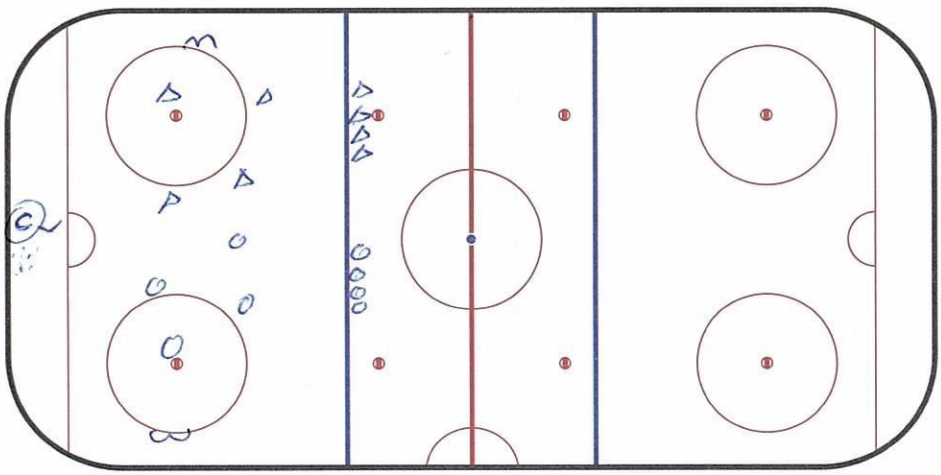
C Weite lange Pässe im Stehen, genau auf Schläger.



Pass – Schuß

A Startet ohne Puck. ~~Lehrer~~ macht Doppelpass mit B und bietet sich auf die Andere Seit an. Bekommt von B Pass und dann TOR – Schuß.

Beide – Seiten.



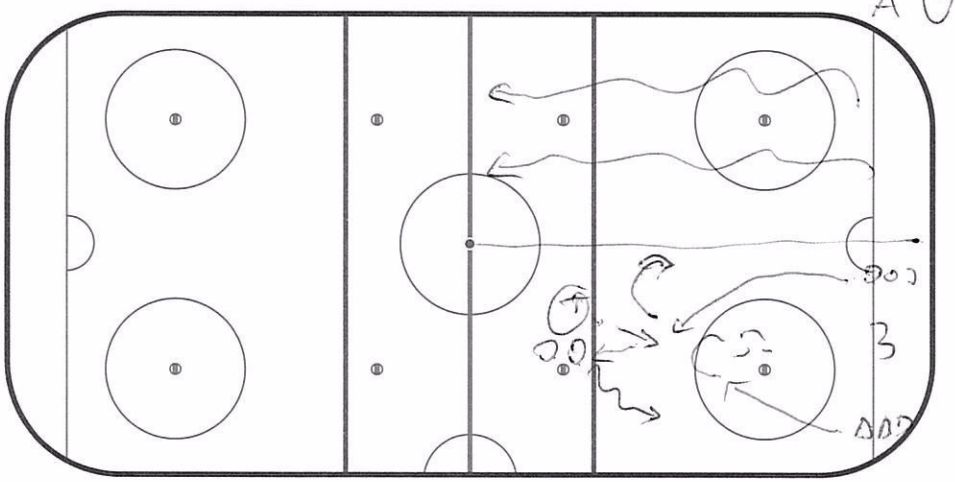
Abschluß – Spiel 4 – 4 mit C als Joker mit 2x Pass zu Joker

TEAM: U11

DATUM: 12.1.23

TRAINER: Martin Soc

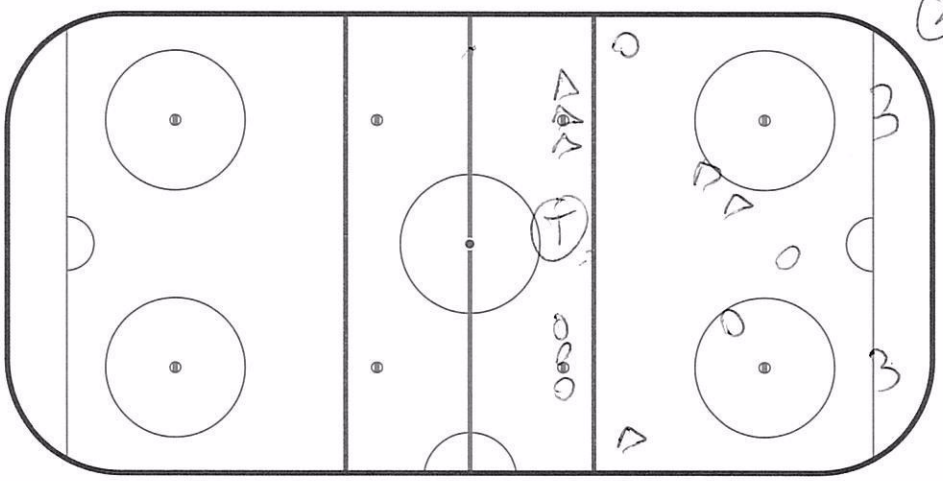
TRAININGSPLAN



① A Skating

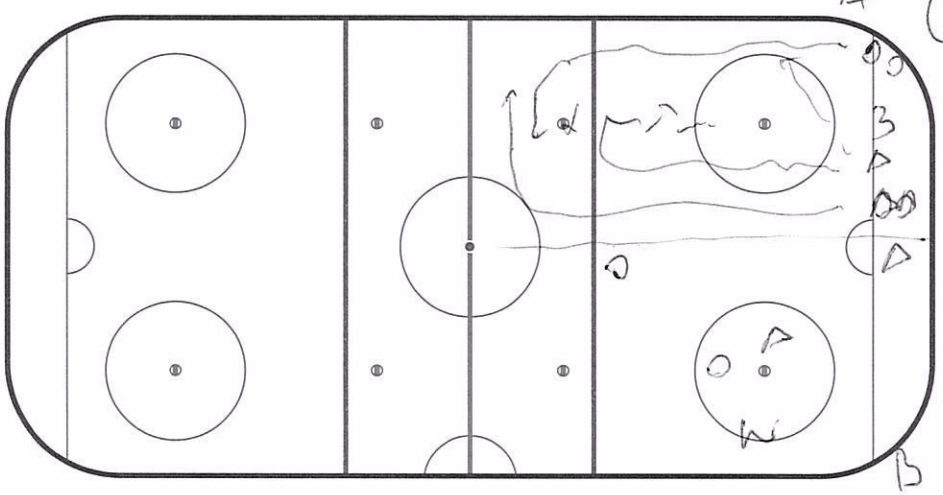
B 1:1 Reuen
→ 2:1
Umschalten

2 × 10 min



② 2:2 +1 Joker zum Aktivieren

10 min



③ 2:1

B 1:1 + Joker
→ 2:1

2 × 10 min

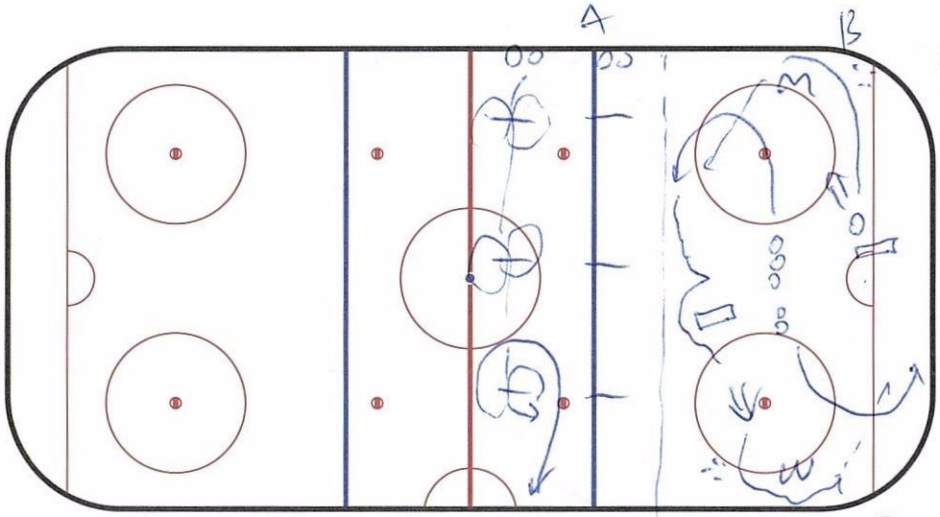
④ Spiel 4:4
10 min

TEAM: U11

DATUM: 17.1.23

TRAINER: Mathi, Markus

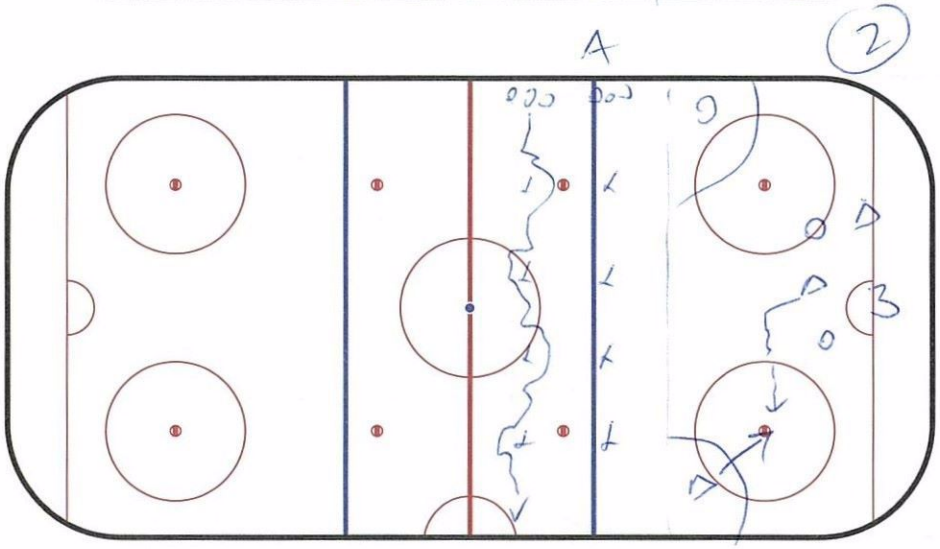
TRAININGSPLAN



① A Skating Sprünge IK/AK

B Passen/Timing

2×10 min

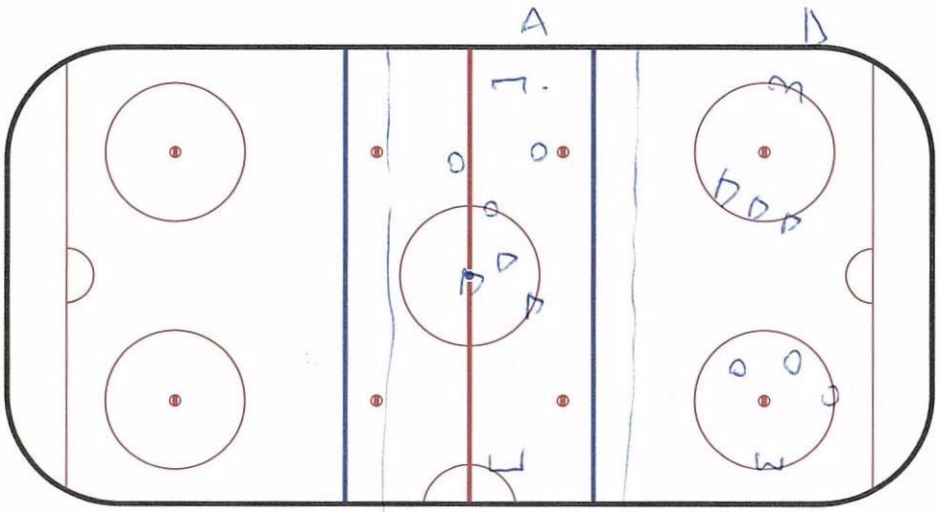


A Stickhandling

B Spiel Überzahl mit Joker

3:2

2×10 min



A Spiel Ringhockey

B Spiel 3:3

2×7 min

TEAM: U11.

DATUM: 18.01.2023

TRAINER: Cori
Past
+ Helfer

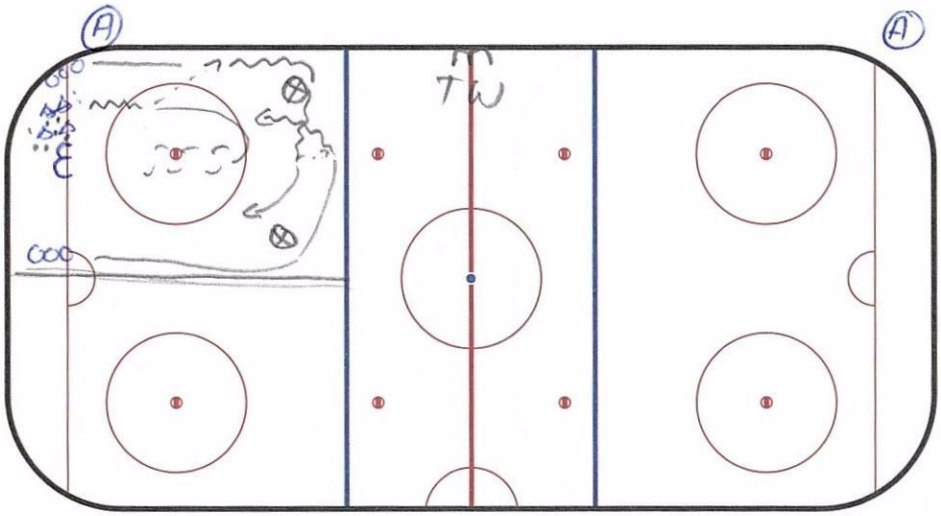
TRAININGSPLAN

5 min Warmup Rot-Blau-Rot

3x Stations Training
a 12-15 min

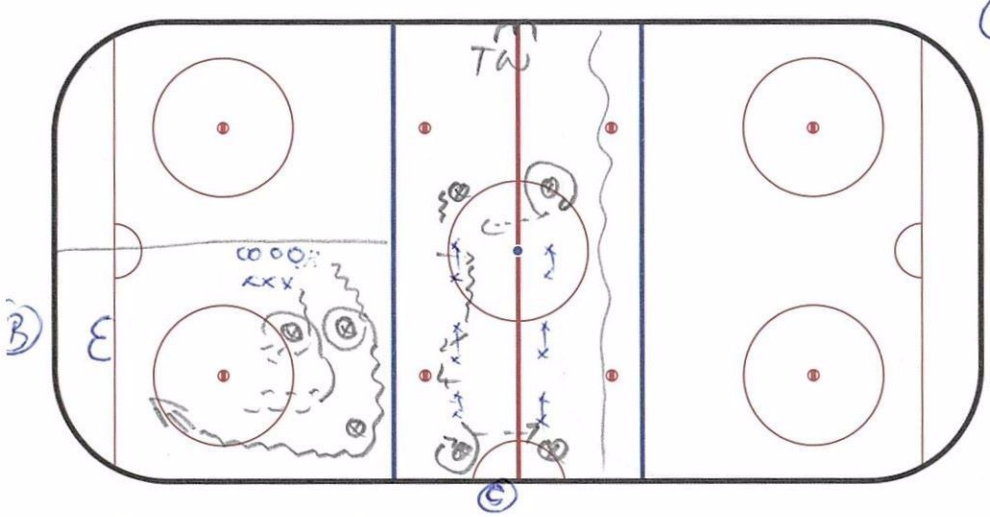
1x Passen Schuß Drill.
aus 4 Ecken. 10 min

Abschluß-Spiel. 3-3



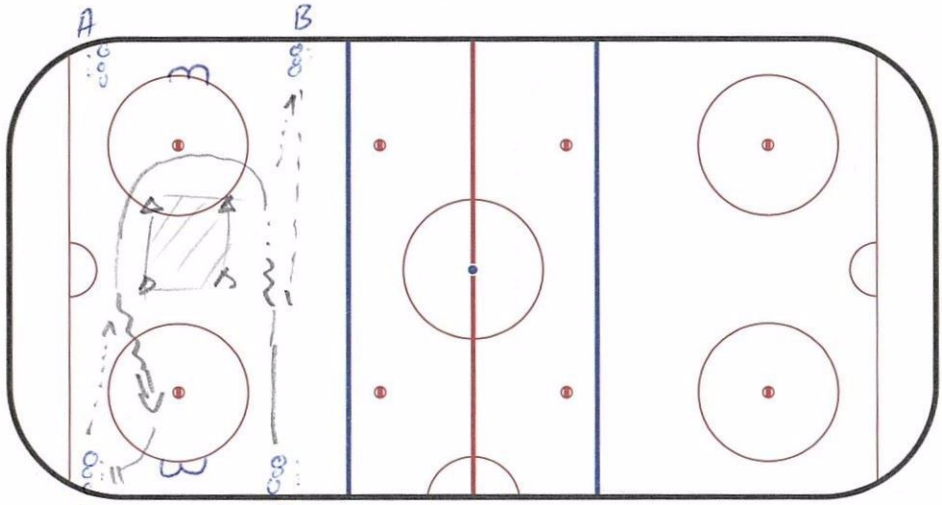
2:1 mit Aufbau und Kreuzen in der Mitte.

Schneller Abschluß



B 1-1 Gegen. ein
C Startet mit Puck

C Stick Handling
Durch Hindernisse
dann Pass auf
Andere Seite



Pass-Schuß-Drill

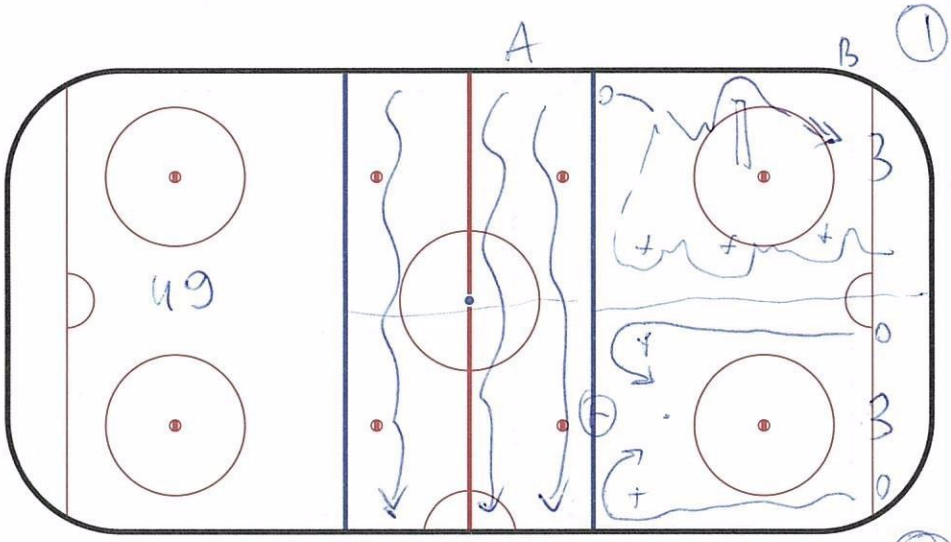
A Startet ohne Puck
~~holen~~ macht Doppelpass
mit B. Bietet sich
auf die andere
Seite An.

TEAM: U11

DATUM: 19.1.23

TRAINER: Markus, Jimmy, Joe

TRAININGSPLAN

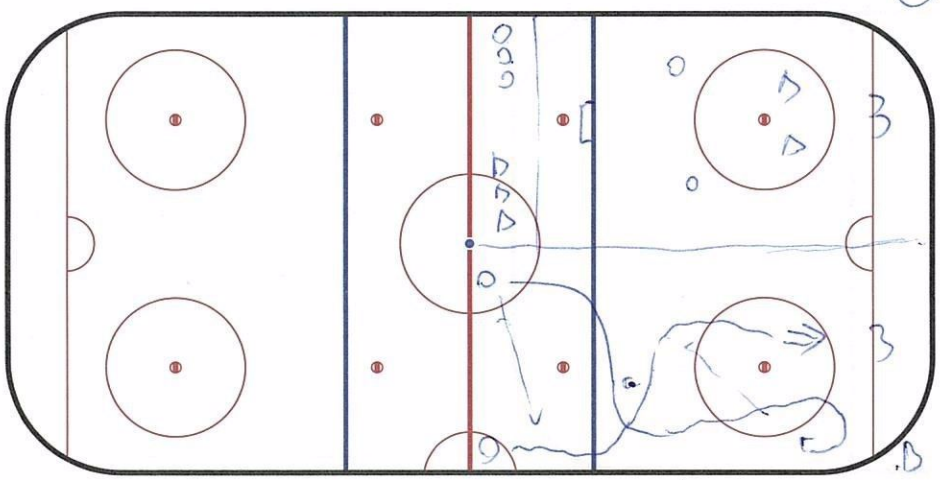


① A Skating (Jimmy)

B Parcour

C 1:1 Wettrennen

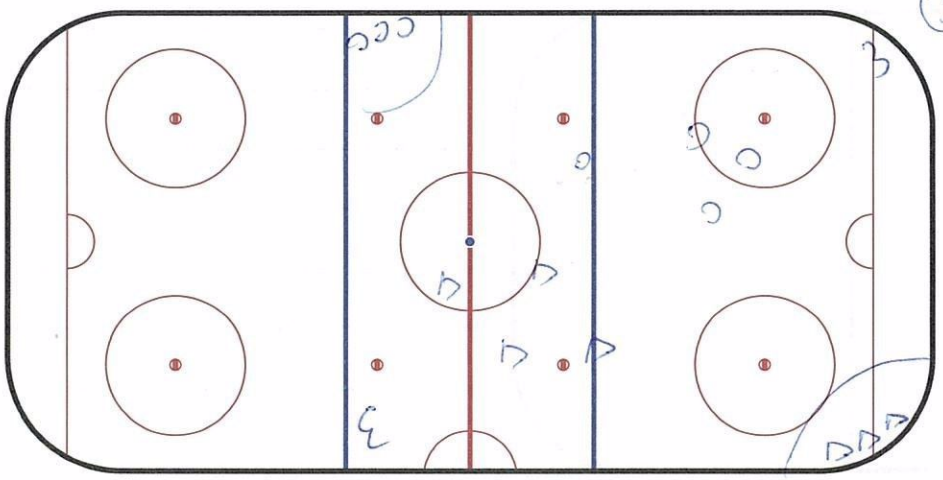
3 × 8 min



② A Spiel 2:2

B 2:0

2 × 8 min



③ Spiel 4:4

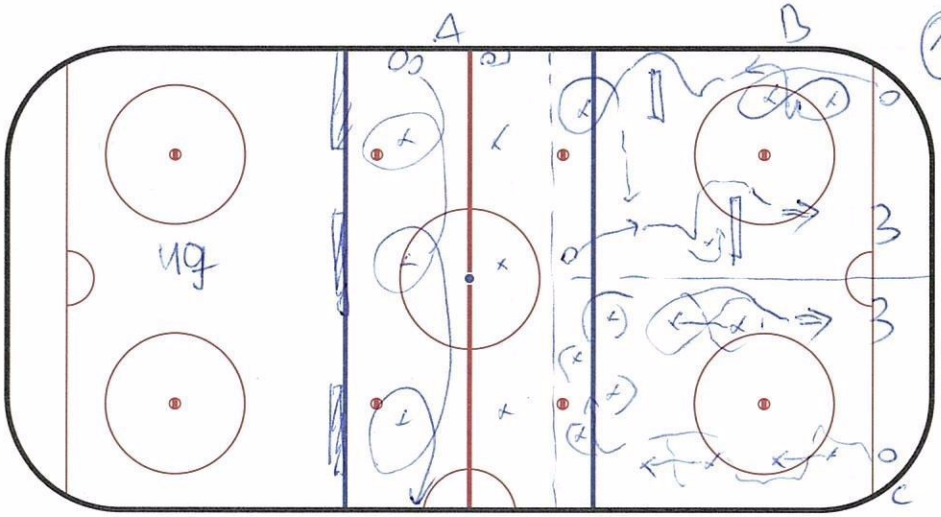
15 min

TEAM: U11

DATUM: 24.1.23

TRAINER: Martin, Edi, Markus

TRAININGSPLAN

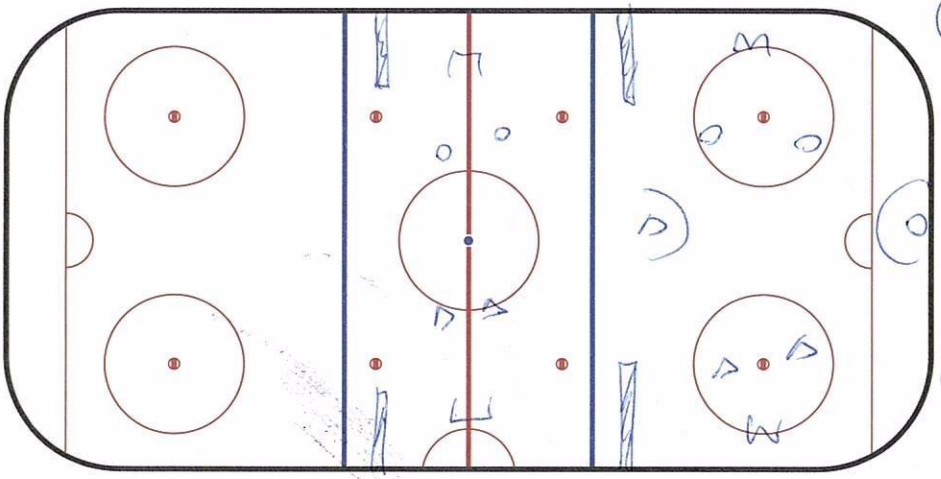


① A Skating

B Parcour mit Pass in Lauf

C Stockhandling

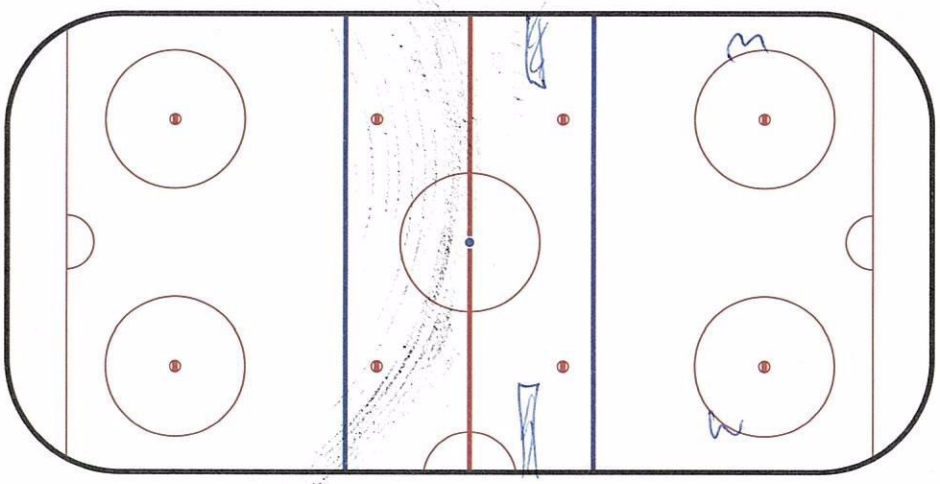
3 × 10 min



② Spiele 2:2 / 3:3 mit Joker

2 × 8 min

③ Spiel quer 4:4

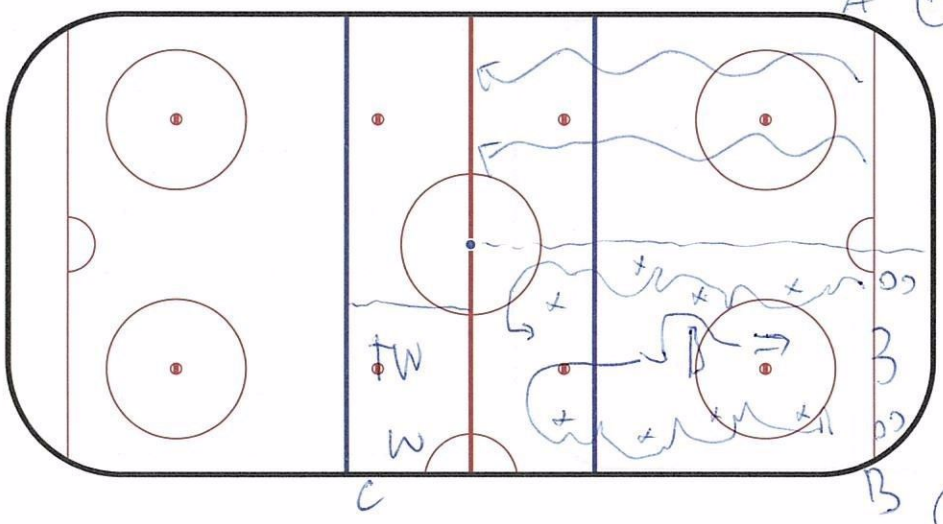


TEAM: U11

DATUM: 25./26.1.23

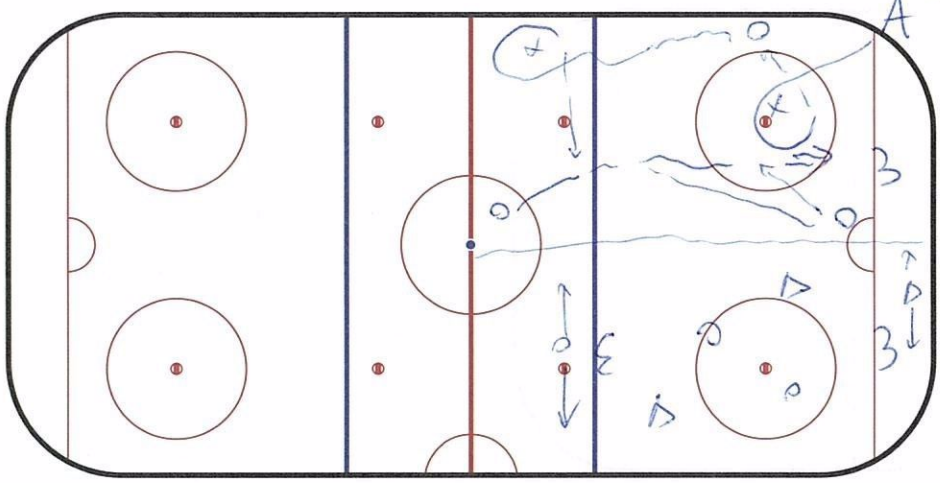
TRAINER: Mahu, Domi

TRAININGSPLAN



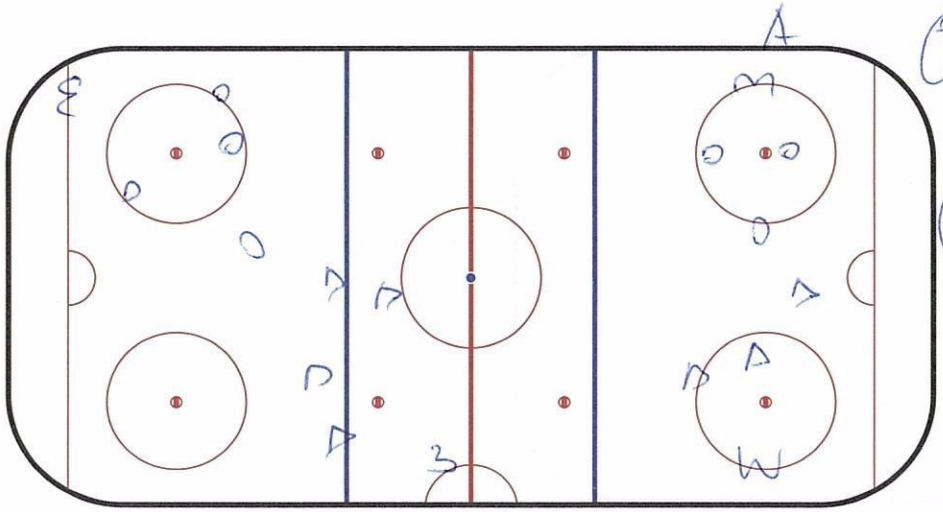
① A Skating
B verschiedene Fakes
Stickhandling

2 x 10 min



② A Passen aus dem Lauf

B Spiel 2:2
(mit Joker def.)
2 x 10 min



③ Spiel 3:3
8 min

④ Spiel 4:4

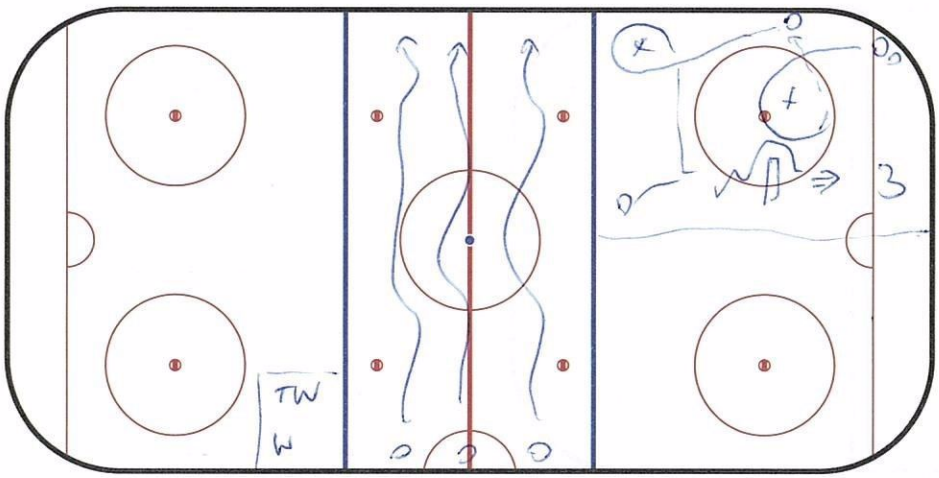
8 min

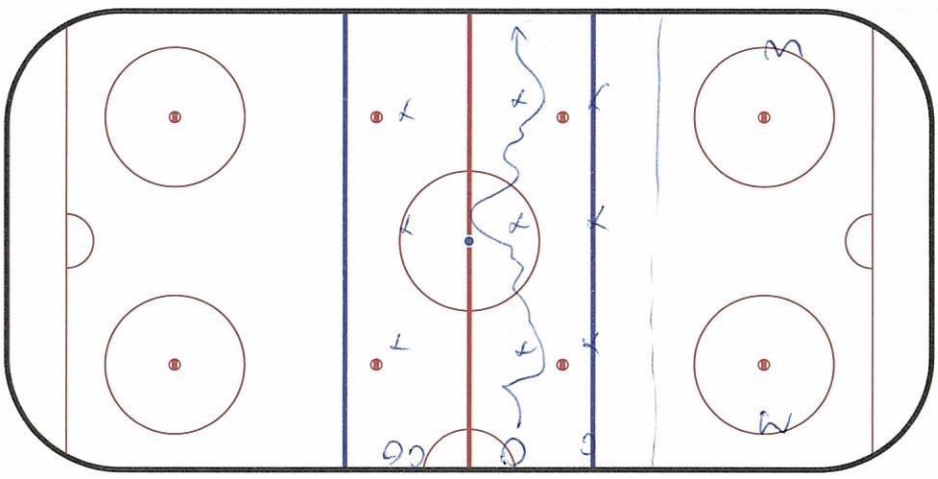
TEAM: U11

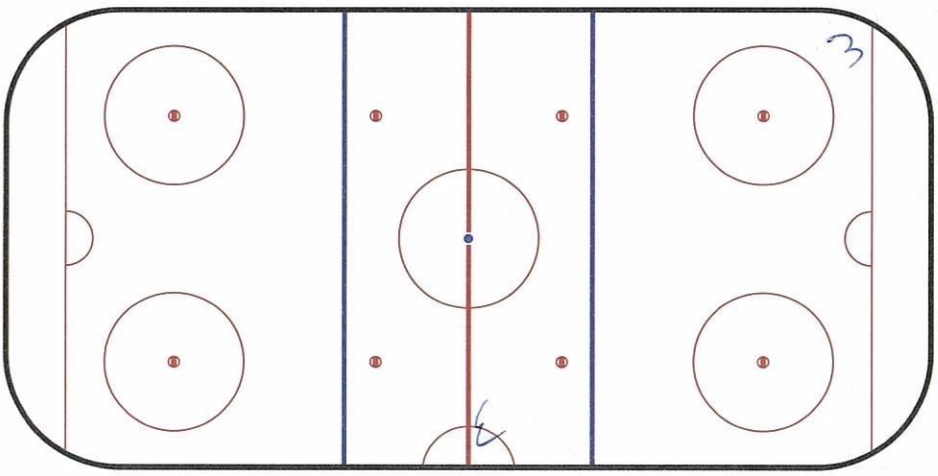
DATUM: 31.1.23

TRAINER: Martin, Edi, Markus

TRAININGSPLAN





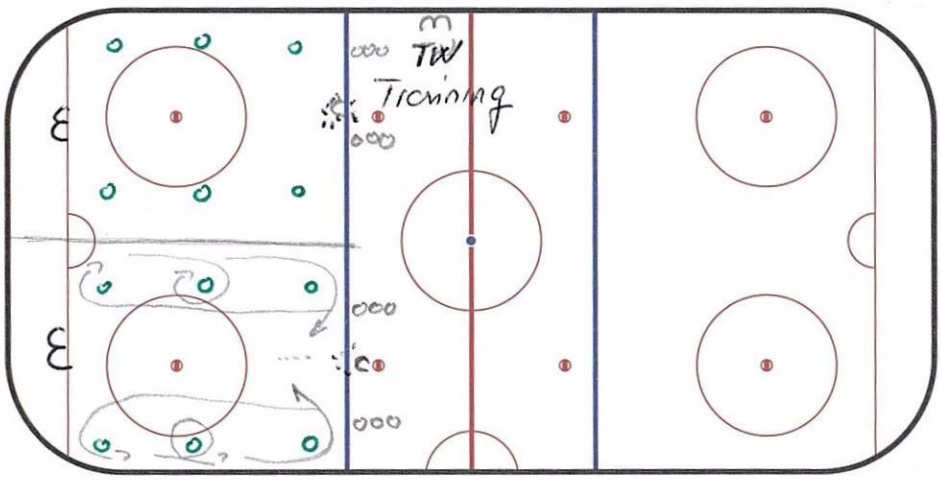


TEAM: U11

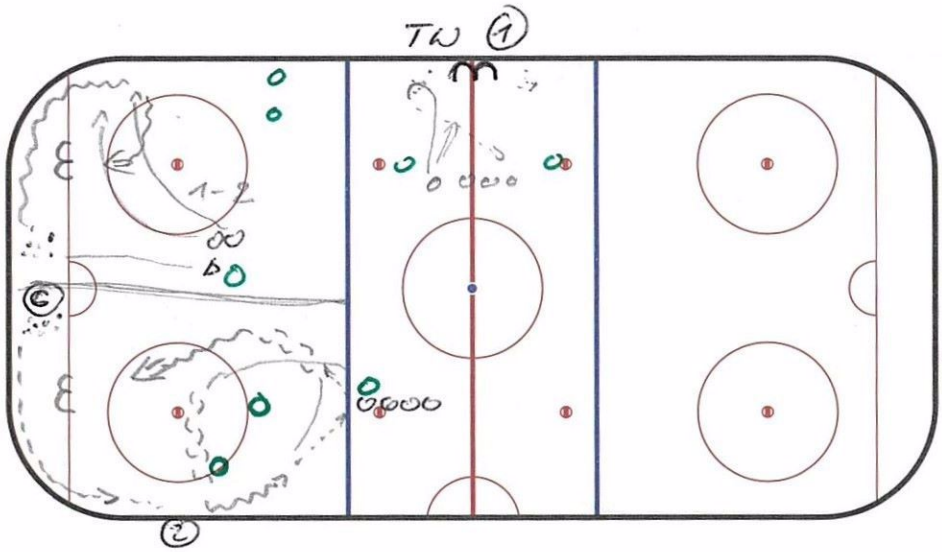
DATUM: 1.02.2023

TRAINER: Cori + Benno

TRAININGSPLAN

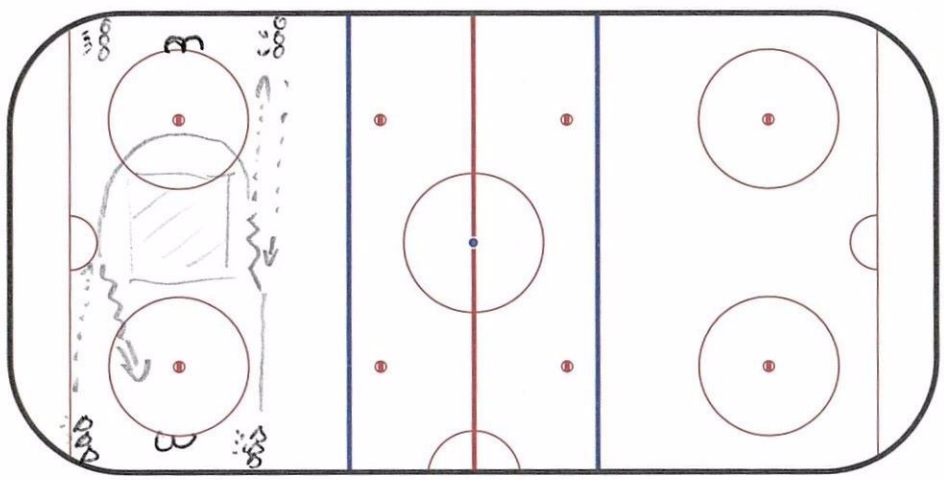


1-1 Start auf Pfiff. C Cut von innen nach Außen bei der ersten und zweiten Reihe Knie aufs Gs - Kampf um Puck -



① TW Pucks neben das TOR. Gst Spieler schuß aufs Tor dann Puck holen und einen anderen anpassen.

② Wall Retrieval Start offenzufahrt - Banden pass. Pass am 2ten O wieder anbieten. Torschuß



Pass - Schuß - Drill

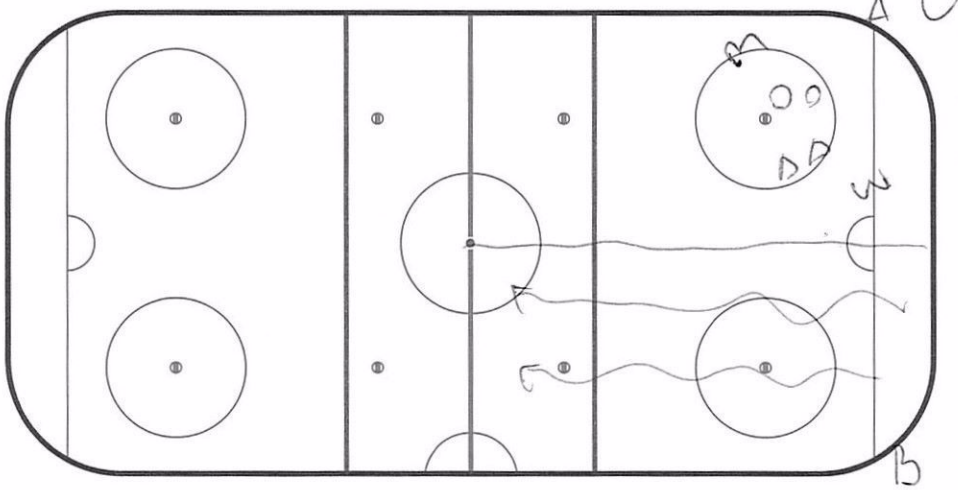
Start ohne Puck bekommt von gegen. Pass - Pass zurück anbieten auf and. Seite TORschuß!

TEAM: U11

DATUM: 2.2.23

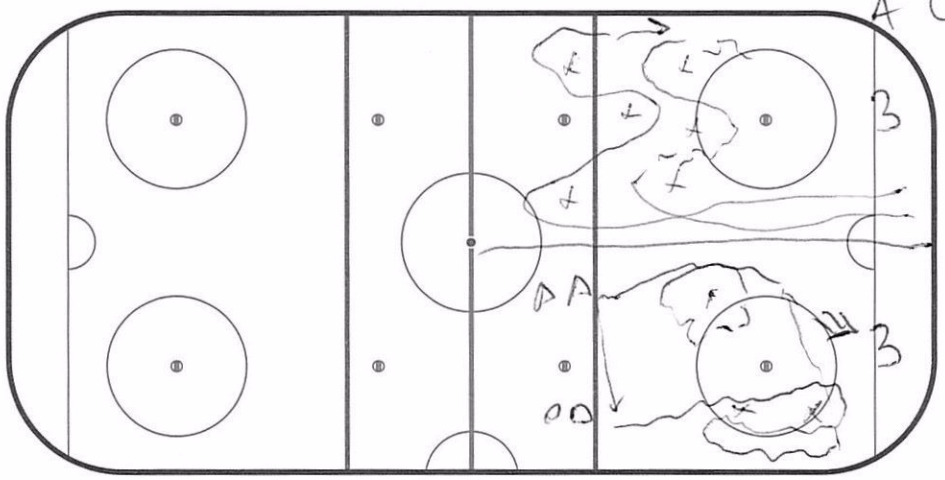
TRAINER: Sax, Martin

TRAININGSPLAN



① A Spiel 2:2 engr Raum
B Skating

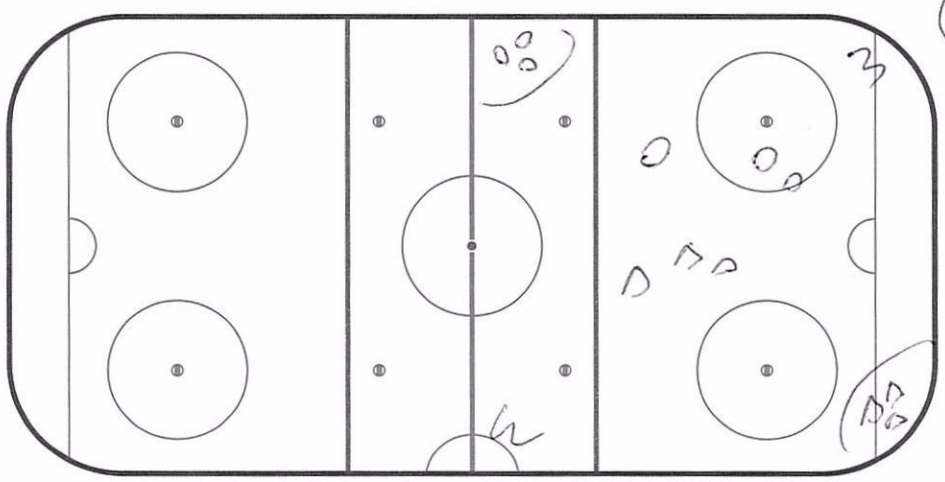
2× 10min



② A 1:1 Abholen Timing

B 2:0 Timing

2×10min



③ Spiel

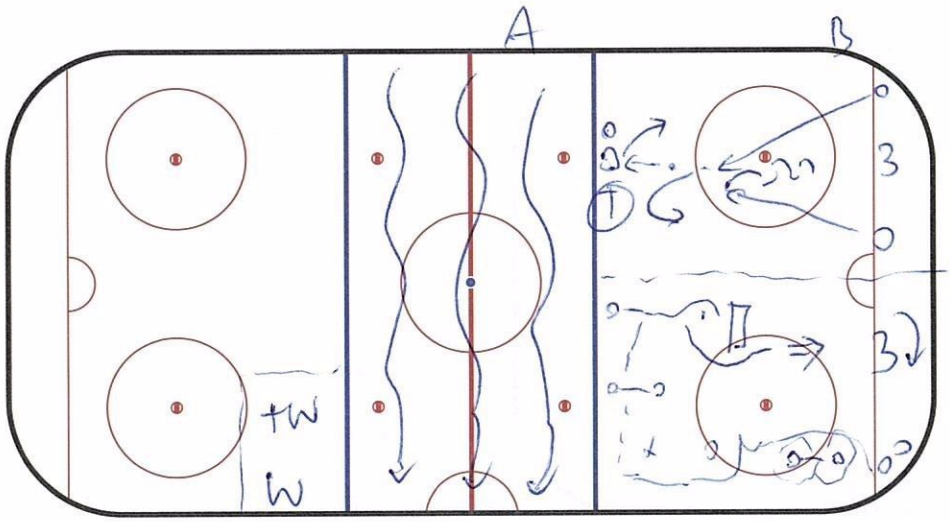
15min

TEAM: Martin, Markus, Edi

DATUM: 7.2.23

TRAINER: U11

TRAININGSPLAN

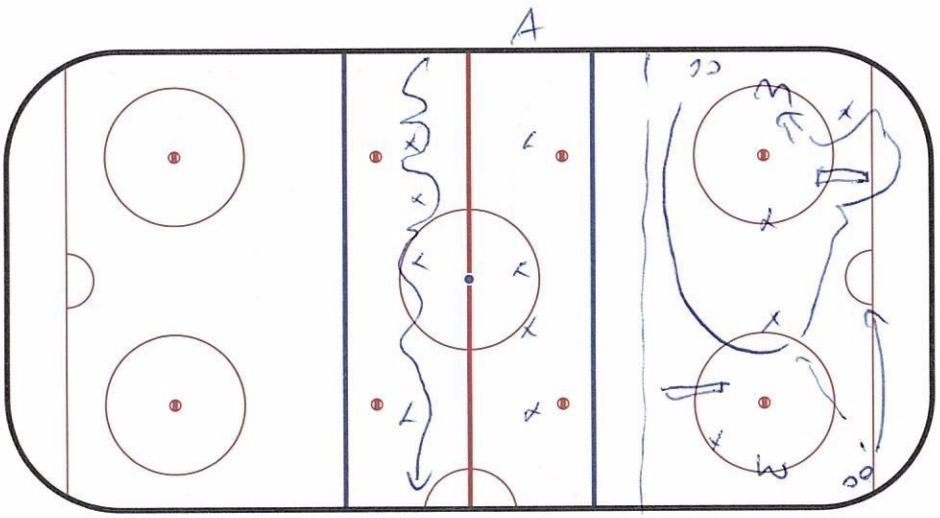


A Skating

B Ab. 2:1 Rennen → Umschalten

C Stickhandling / Parcour

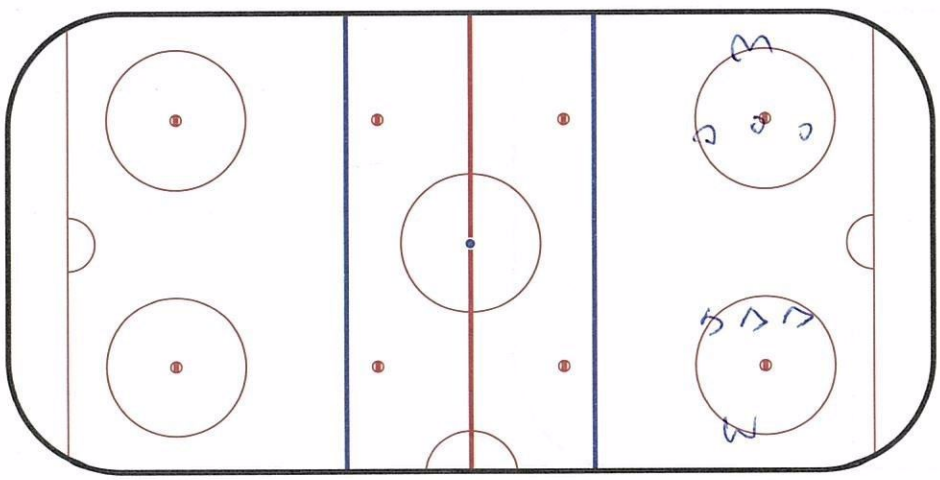
3 × 10 min



A Stickhandling

B 1:0 Pass + Fake

2 × 8 min



Spiel 3:3

TEAM: U11

DATUM: 8.02.2023

TRAINER: Cori + Helfer.

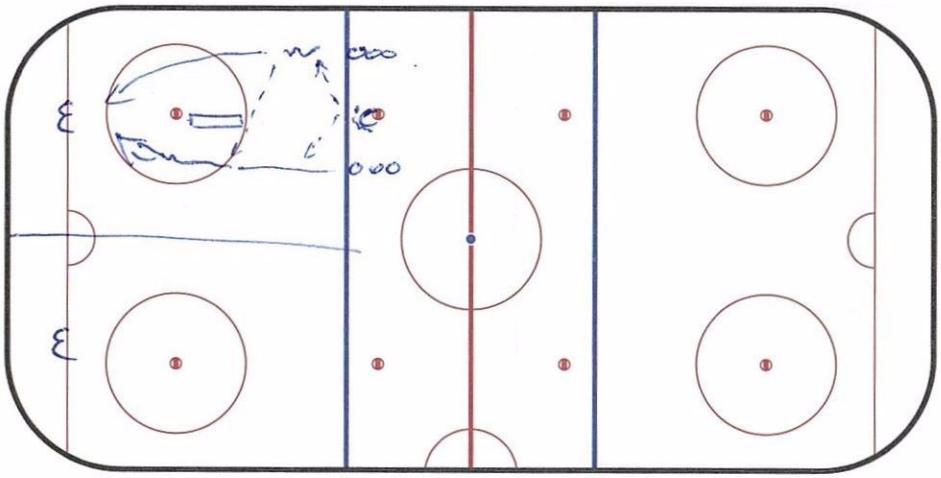
TRAININGSPLAN

Warm UP Rot-Blau-Rot

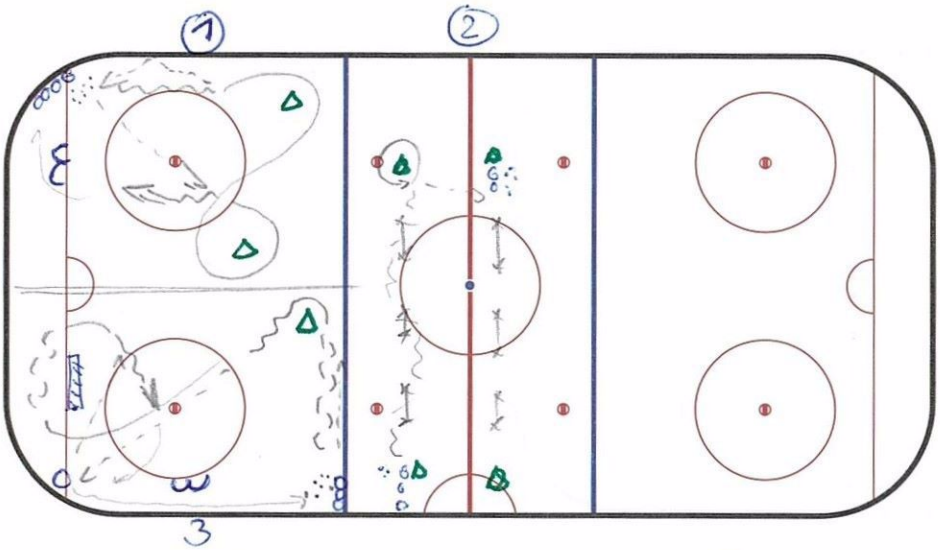
3 Stations Training

1.x Poker Game

1x 3-3 Spiel



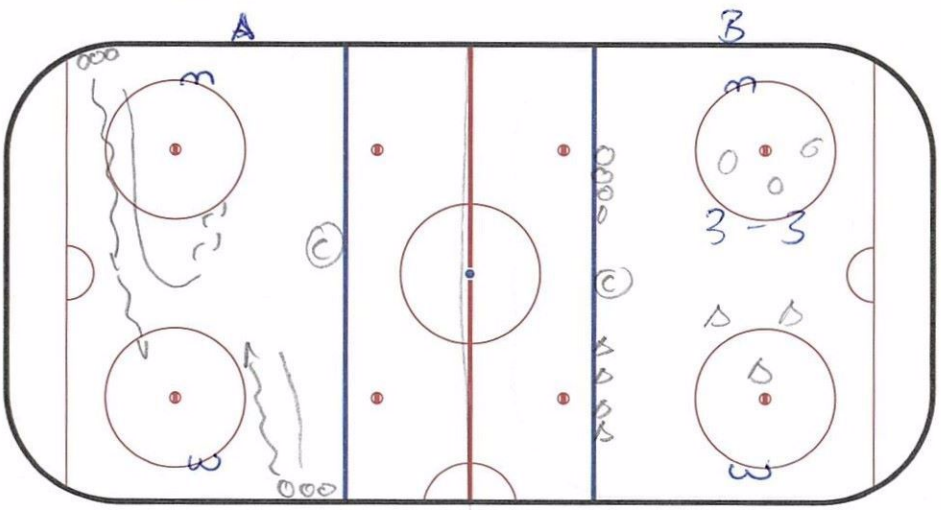
Pass von C dann Quapass und Schuß zweite Mann sofort auf Nachschuß!!



① Start mit Doppass abdecken. Torschuß

② Stick handling mit Querpass

③ Start Rückwärts bekommt Pass. Pass in Ecke



(A) Poker-Game: 2-2 auf Pfiff. Spieler entscheiden ob einer Def. wird oder 2 geg. 0 geht!

(B) 3-3 mit Pass. jeder Spieler muß den Puck berühren!

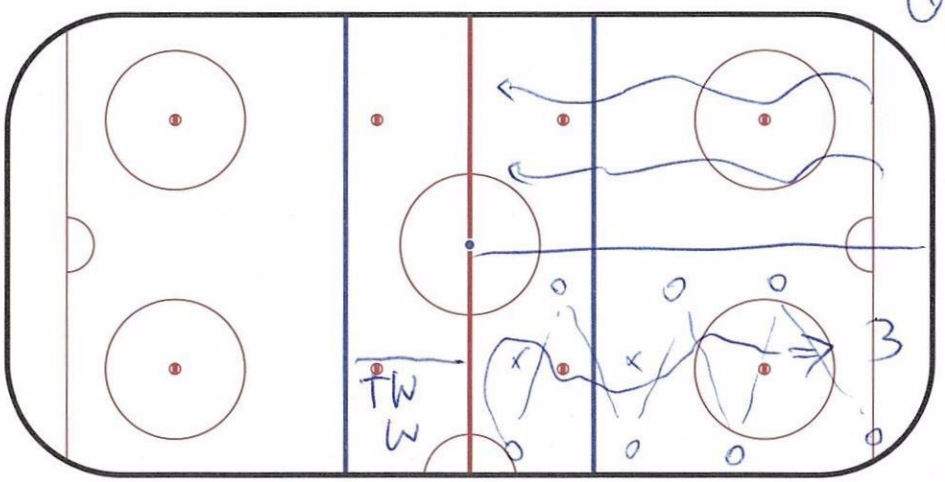
E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

DATUM: 9.2.23

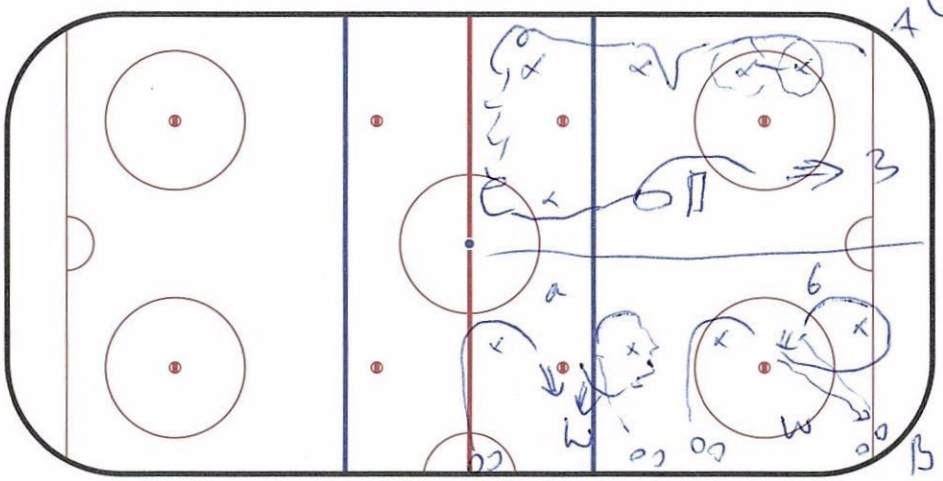
TRAINER: Martin, Joe

TRAININGSPLAN



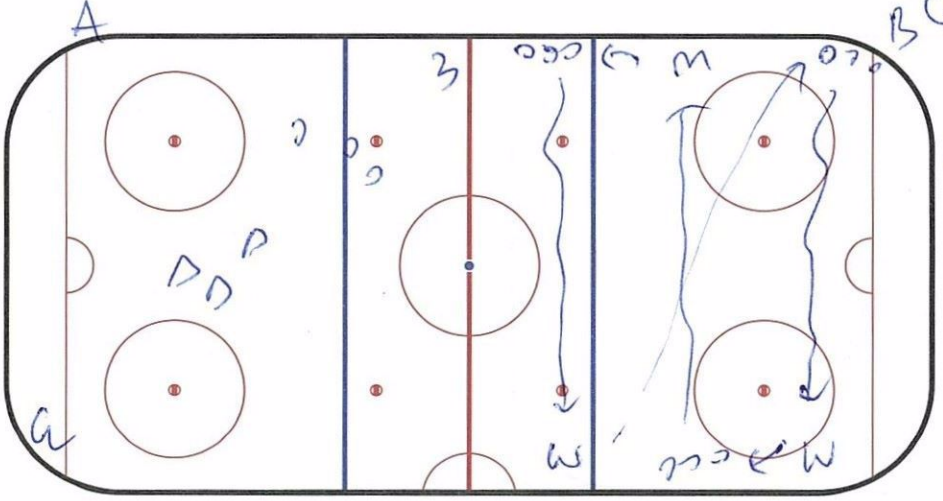
① A Laufschule
B Passen

2 × 10 min



② A Parcour Stocktechnik
B Passen offene Zufahrt

2 × 10 min



~~AB~~ Penalty
8 min

④ Spiel 4:4 / 3:3

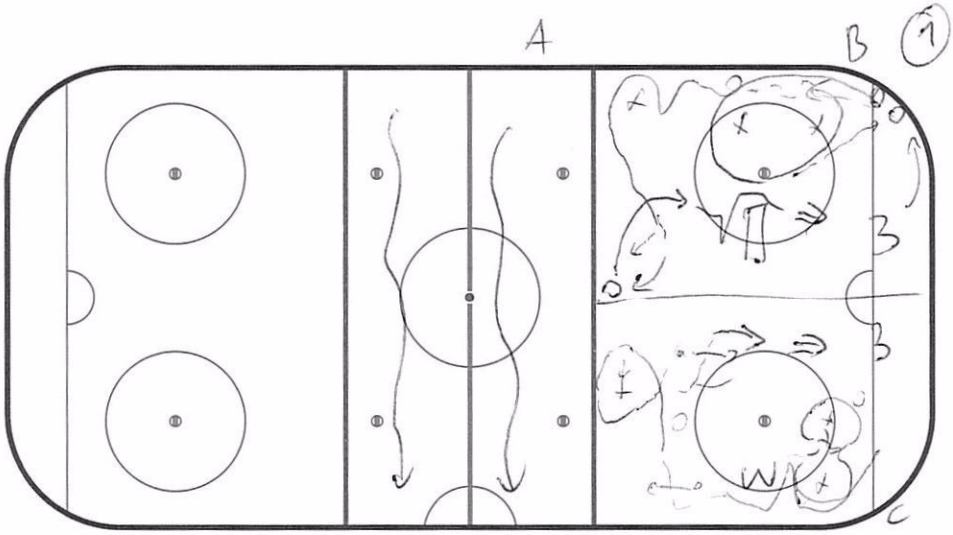
12 min

TEAM: U11

DATUM: 14.2.23

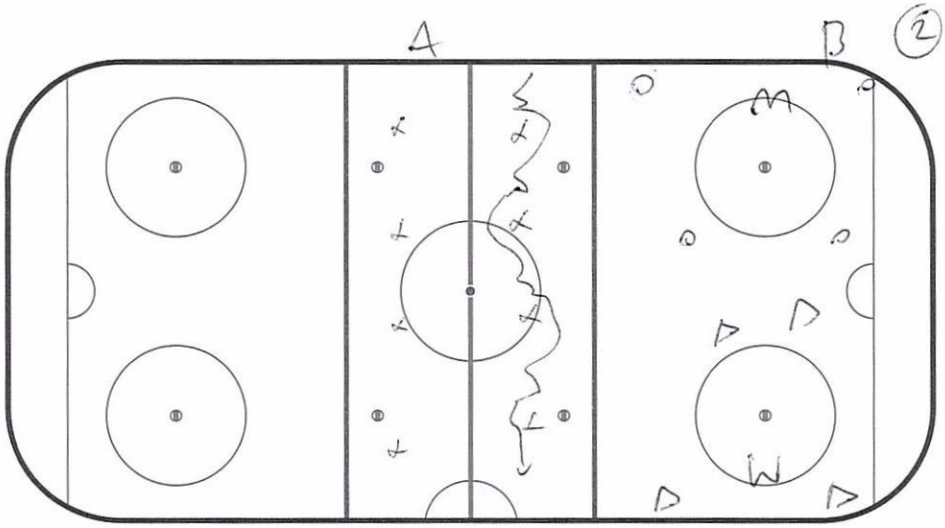
TRAINER: Martin, Domi

TRAININGSPLAN



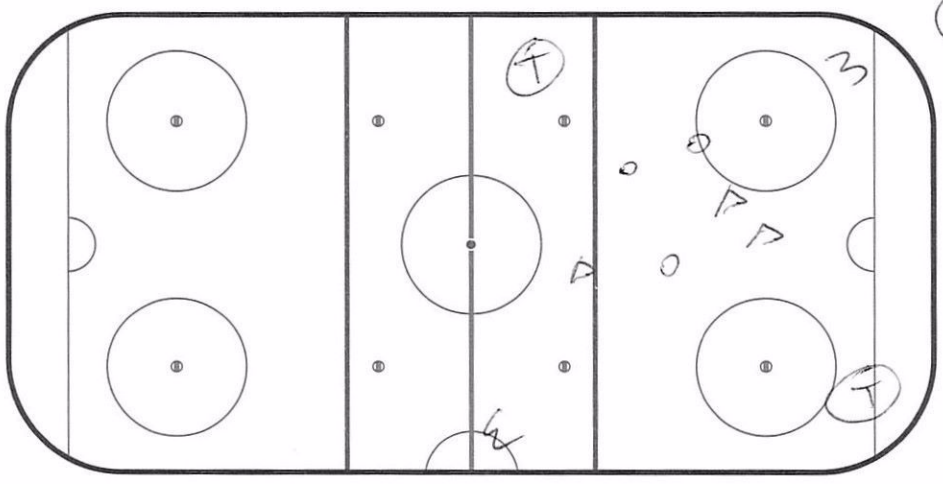
① A Skating
B Passen / Übergabe
C Stickhandling

3x 10 min



② A Stickhandling
B 2:2 + 2D Joker

2x 8 min



③ 3:3 quer / schräg
+ 2 Trainerjoker

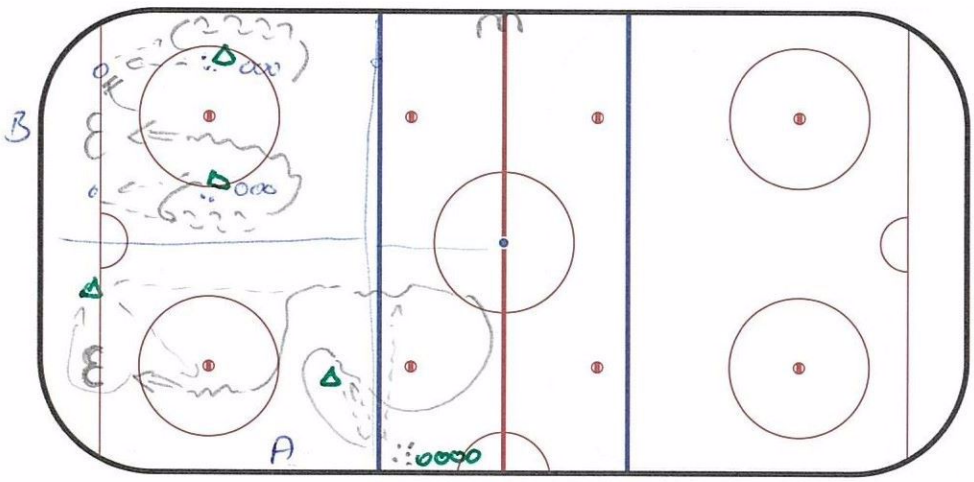
TEAM: U11

DATUM: 15.2.2023

TRAINER: CORI + Helfer

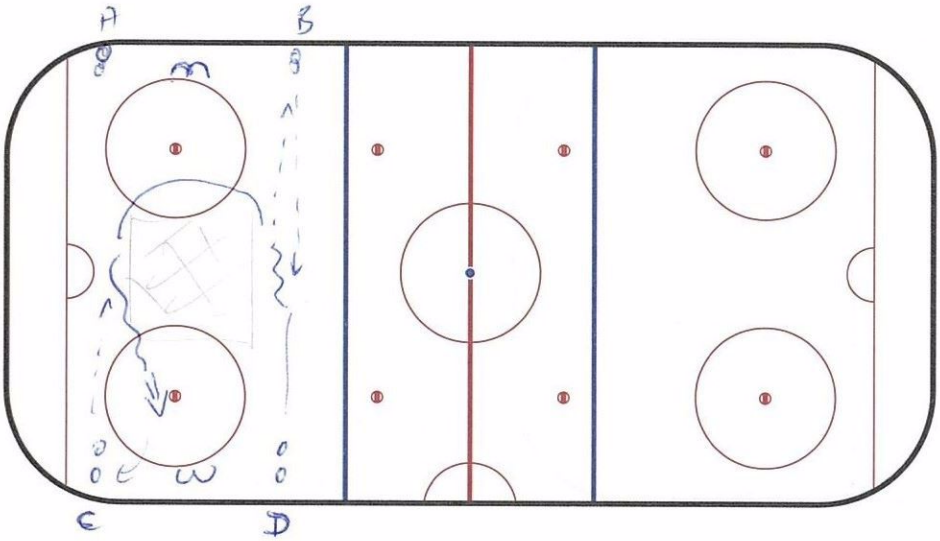
TRAININGSPLAN

- 5 min Warm up
  Rot - Blau - Rot

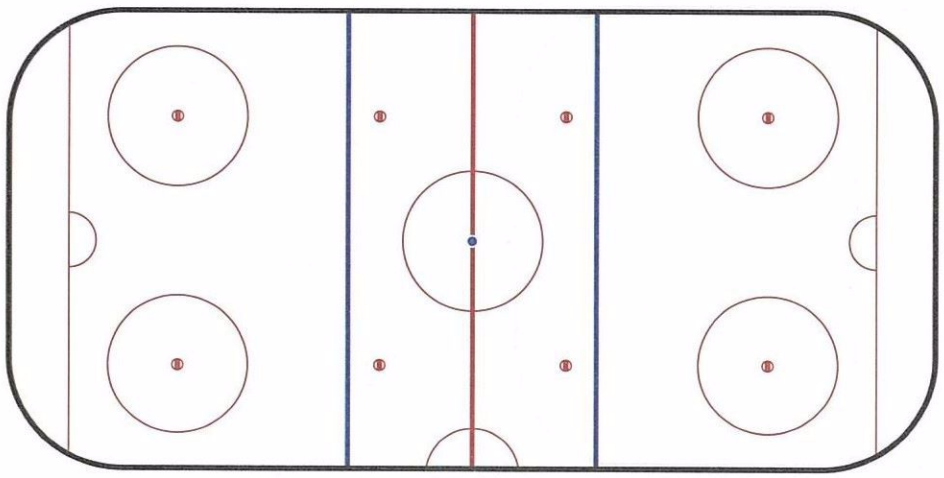


A Pass mit anbieten vor der Blauen Linie

B Pass mit offenem anbieten



Pass aus 4 Ecken mit Pass aus anderes Seite!



Spiele Tag

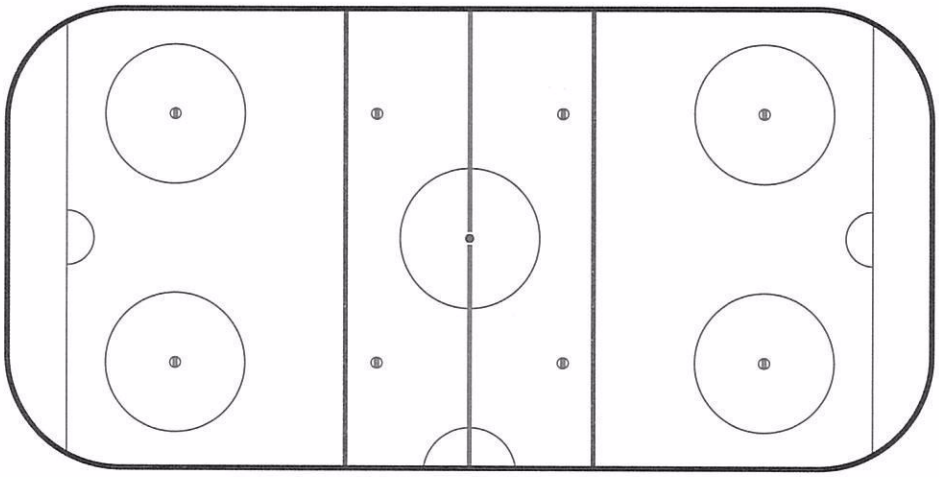
- Jeder gonne
- Grog Fela
-

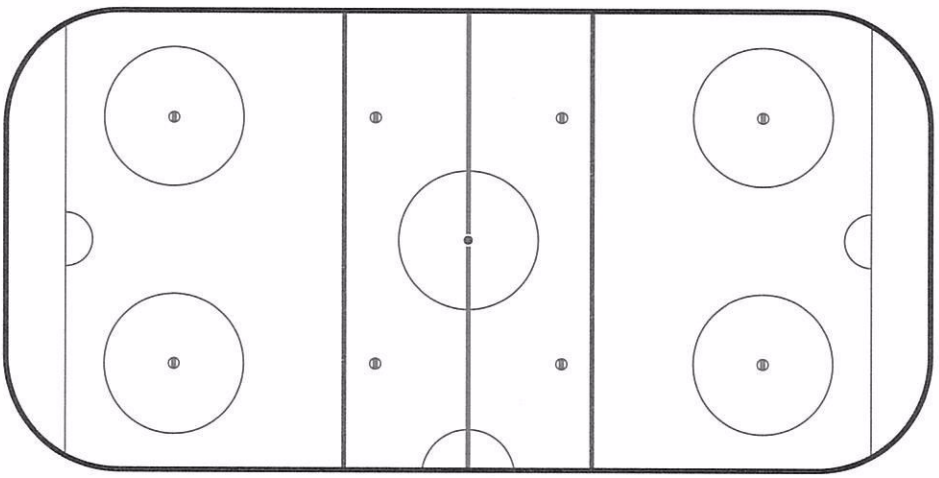
TEAM: U11

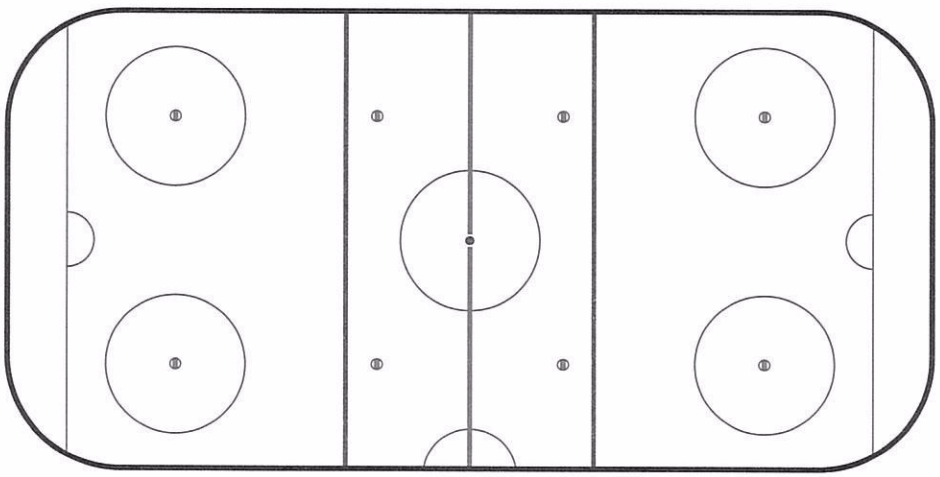
DATUM: 16.2.23

TRAINER: Micha, Joe

TRAININGSPLAN







SPIELETAG

1. Ringhockey
→ 2 Felder
10 min

2. Völkerball
10 min

3. Tauziehen Best-of-
8 min

4. Spiel Kleinfeld
10 min

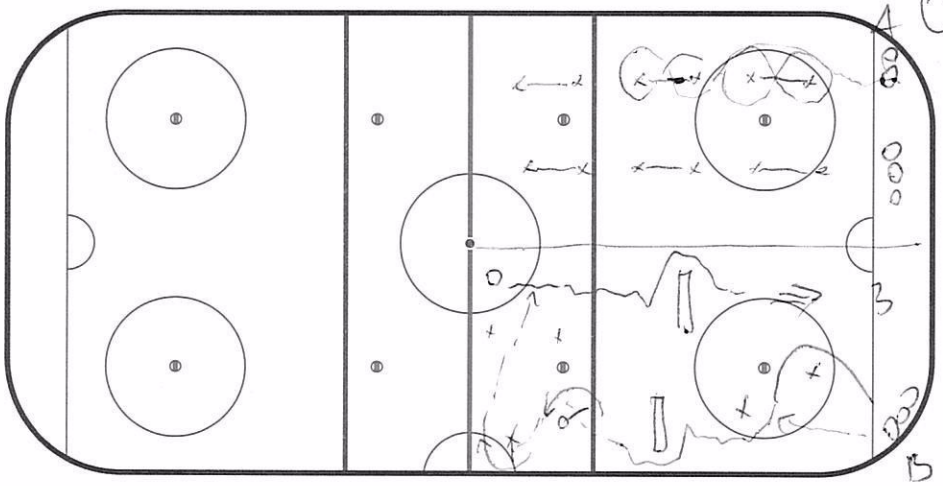
5 Spiel Halbfeld
10 min

TEAM: U11

DATUM: 20.2.23

TRAINER: Martin, Daniel

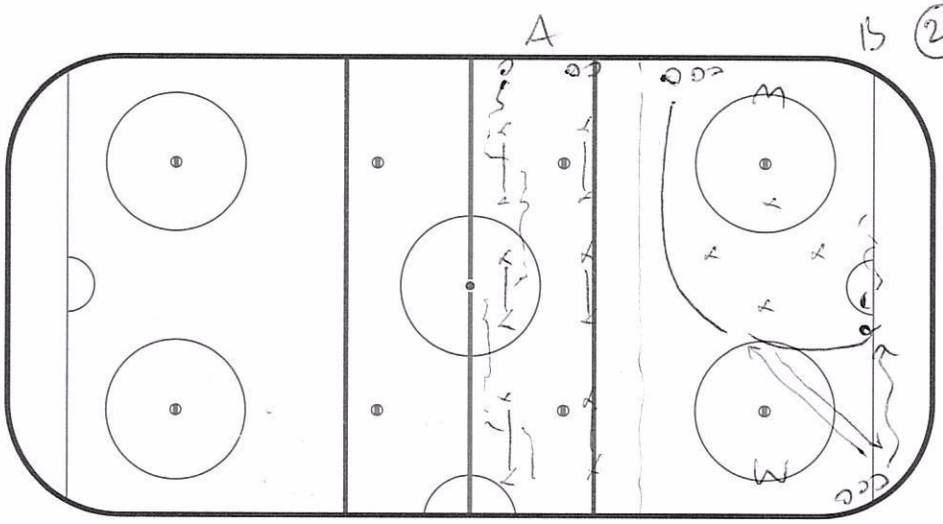
TRAININGSPLAN



① A Skating 1k/AK

B Parcour

2x 10min

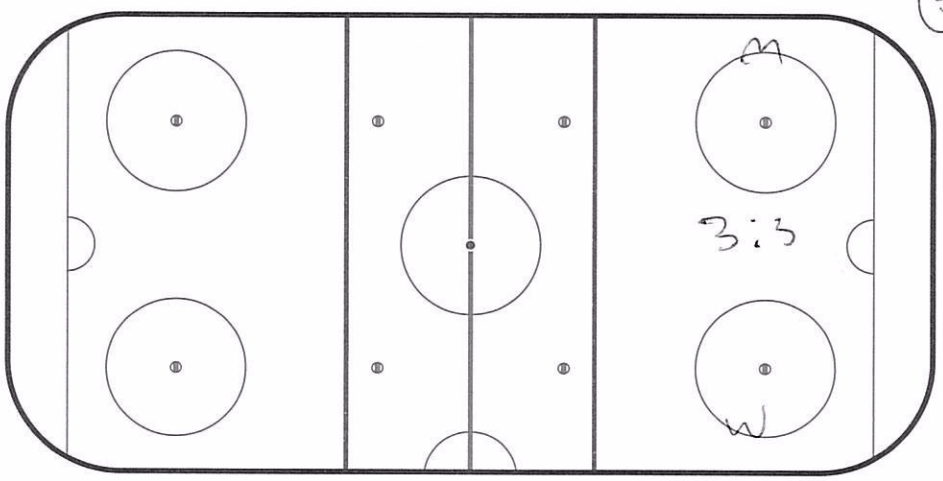


② A Stickhandling

B 1:1 aus dem Karussel

Beide Seiten

2x 10min



③ Spiel mit Aufgabe

Pucken!

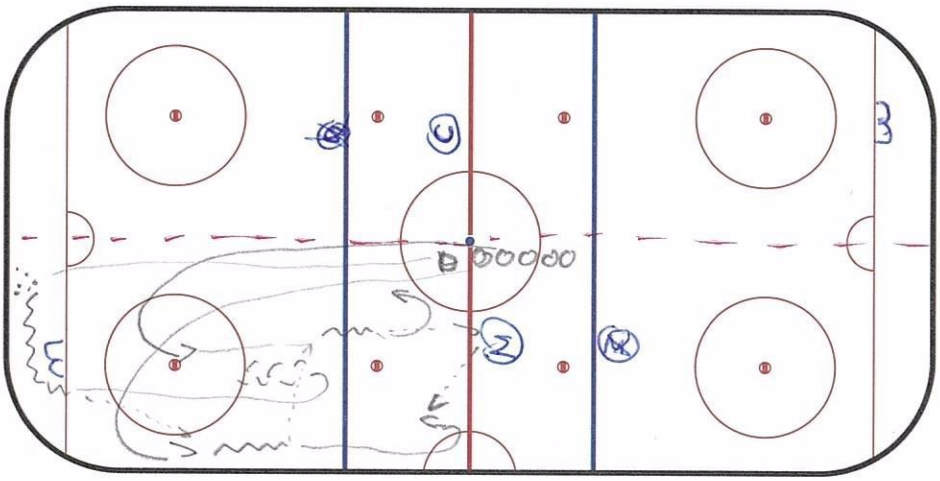
TEAM: U11

DATUM: 22.02.2023

TRAINER: CORI + Maikens.

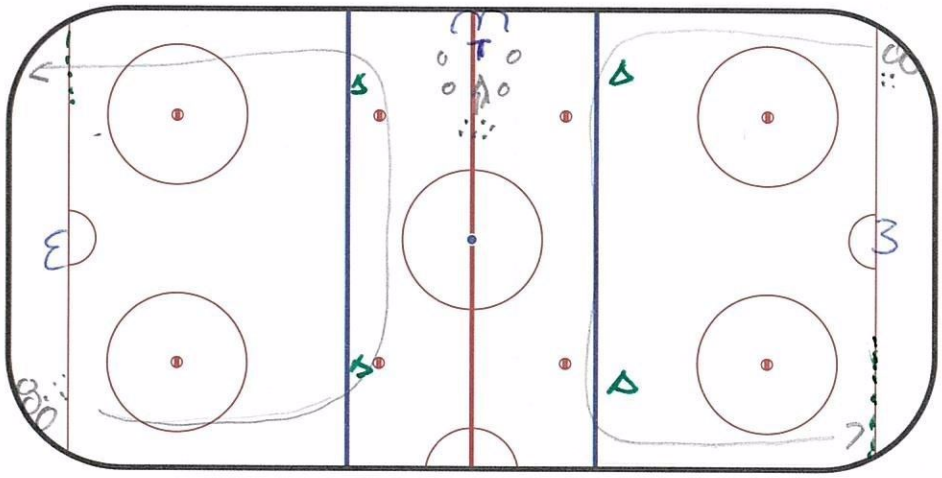
TRAININGSPLAN

- Warm UP Rot-Blau-Rot
  5 min
- Aufbau Pass mit Re-Grou
  10-15 min
- Base-Ball 10-min.
- Großfeld-Spiel mit Unterbrüch



2-1 mit Aufbau-Pass von hinter dem TOR. Re-Group nach Pass vom Trainer

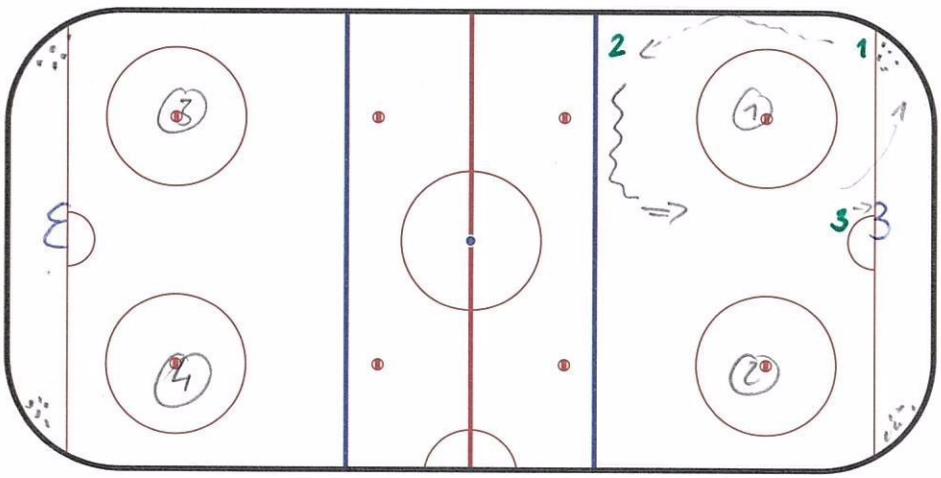
D holt Scheibe beiden Stürmer bieten sich an.



① Basball mit 3 Gruppen.

② in der Mitte Schuß mit Nach-schuß

Nur ein Nachschuß erlaubt.



Bandenpass aus Ecke zu D. D fährt in Mitte und Schieß. Schuß und Abfälschen!

E.H.C. KLOSTERSEE

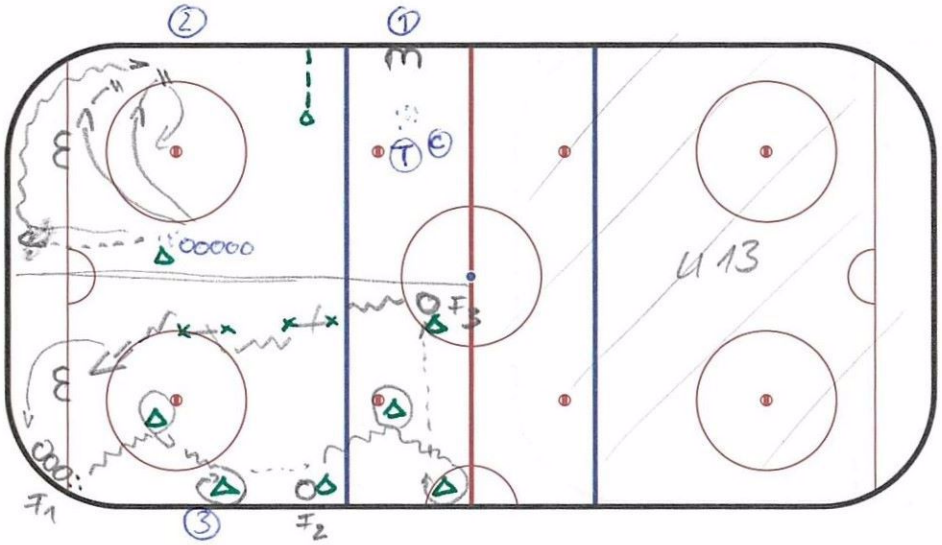
TEAM: U11

DATUM: 24.2.2023

TRAINER: Cori + Helfer

TRAININGSPLAN

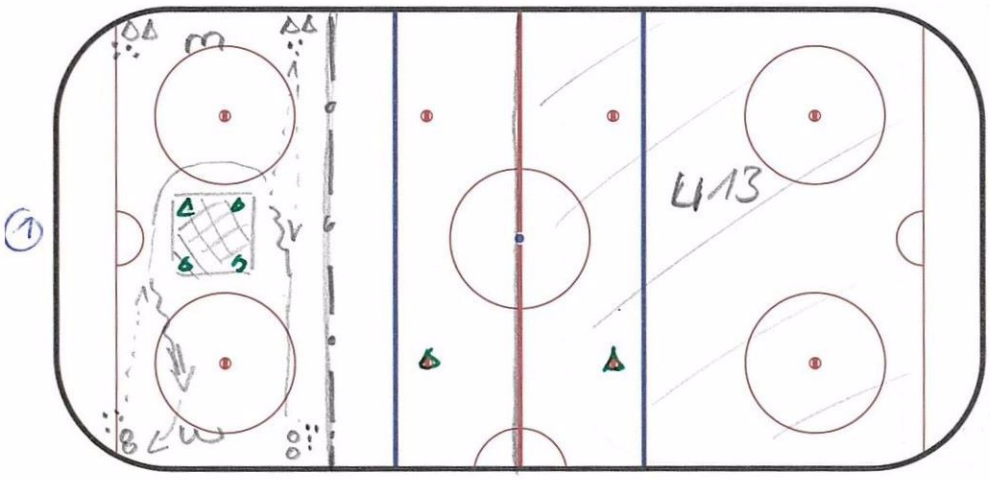
- Rot - Blau - Rot Warm up mit Bremsen. 5 min
- Zwei Stationstraining
  - 1-2 10 min
  - Circl. 3 Passen 10 min
- 10-12 min 4 Eckenpass
- 10-12 min 2-0
- Rest Spielen Poker / 4-4



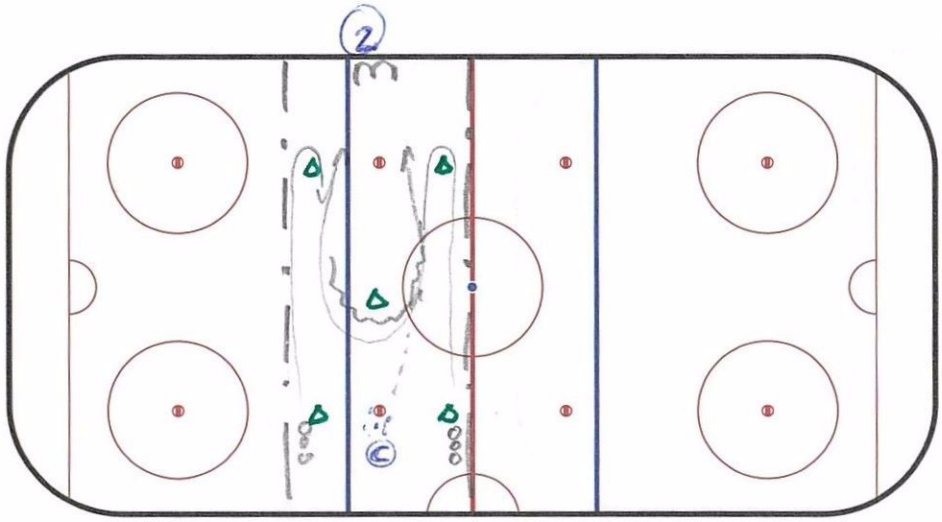
① TW Training

② aus 1 geg. 2 wird nach Scheibengewinn 2-1 mit Torabschluß

③ F1 startet mit Puck. Um Reifen pass zu F2. F2 um Reifen pass F3. F3 durch Hindernis. Torschuß



① Pass aus 4 Ecken Spieler ohne Puck. Doppelpass und andere Seite anbieten. Torschuß



② 2-0 mit anbieten und Pass von C. "Schneller Schuß + Nachschuß.

Rest Spielen:
- Poker Spiel
- 4-4 Normal

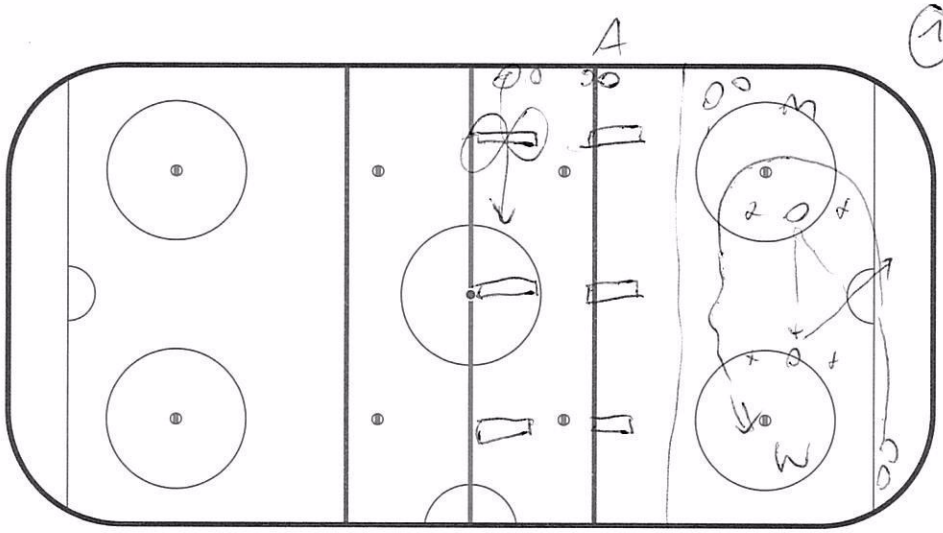
E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

DATUM: 28.2.25

TRAINER: Martin Mathis

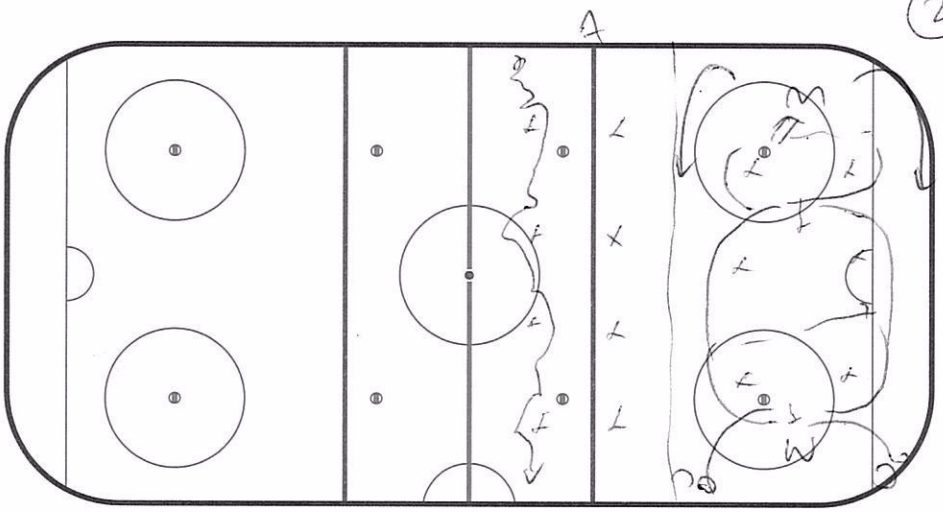
TRAININGSPLAN



① A Skating Sprünge

B Passübung aus der Lauf

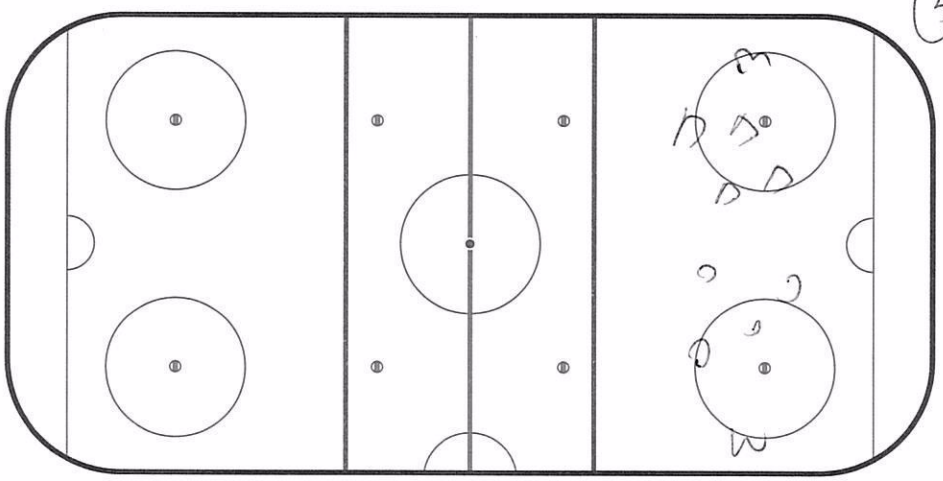
2 × 10 min



② A Stickhandling

B 2:0 Passen

2 × 10 min



③ Spiel 4:4

15 min

E.H.C. KLOSTERSEE

TEAM: U11

DATUM: 1.03.2023

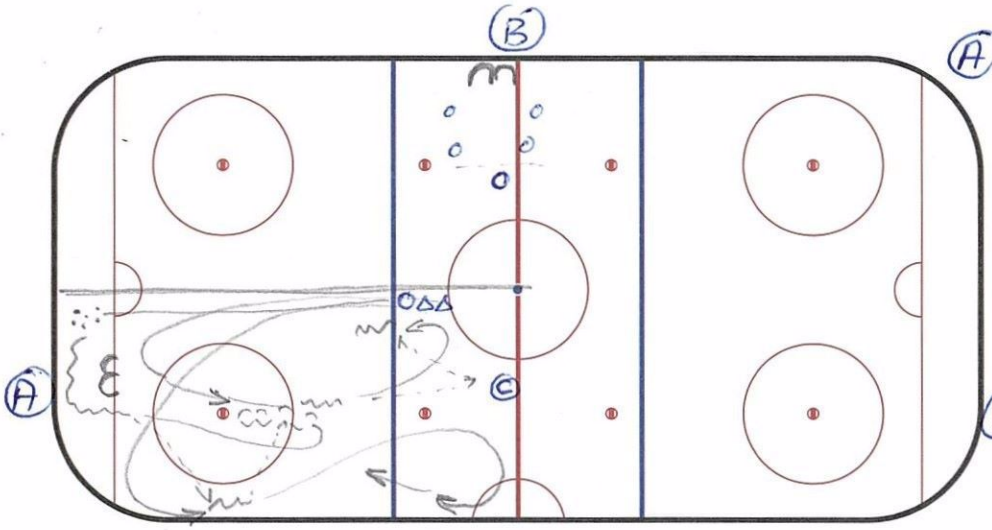
TRAINER: Cozi
+2 Helfer.

TRAININGSPLAN

5min Warm-Rot-Blau-Rot

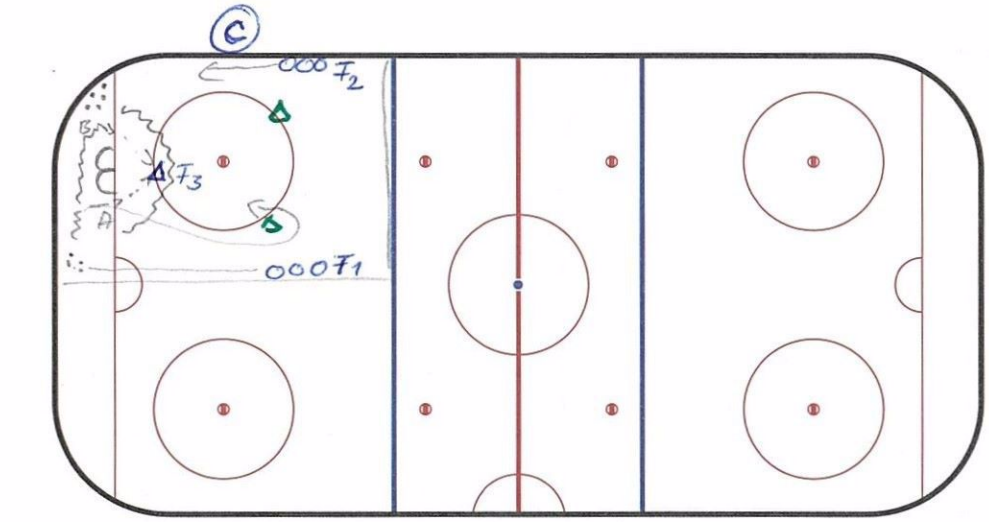
3x 10-15 min Stationstraining ABC

Abschluß-Spiel (10-15min)
3-3 / 4-4
je Anzahl am Spielr auf 2 Felder.

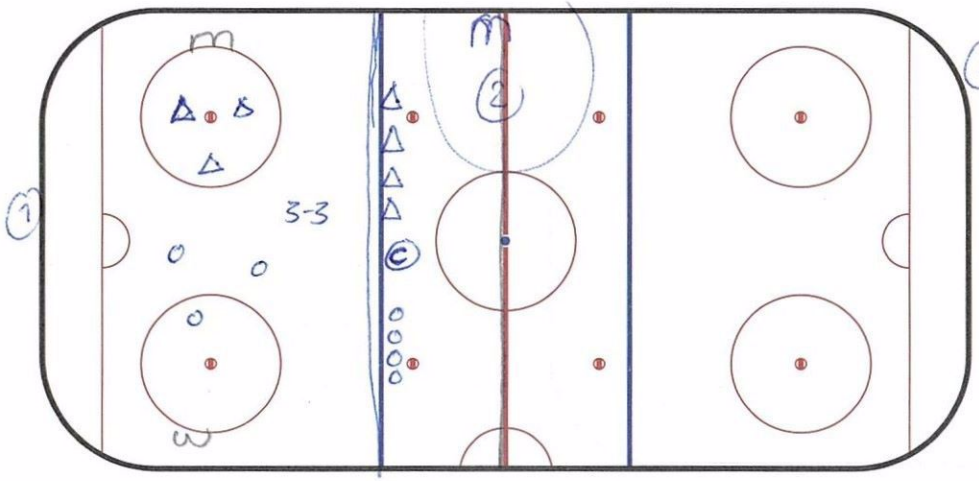


(A) 2-1 mit Aufbau-Pass dann Re-Group und 2-1 auf Verteidiger. Tor Abschluß nur ein Schuß!

(B) Torschuß auf TW mit einem Nachschuß



(C) Kurzer Pass (Seil F1 startet und holt Puck aus Ecke. Dann Pass durch Seil zu F3. F3 Tor-Schuß ein Nach-schuß. F1 fährt um Reifen von Seiner Seite dann Startet F2 von der Anderen Seite



Abschluß Spiel

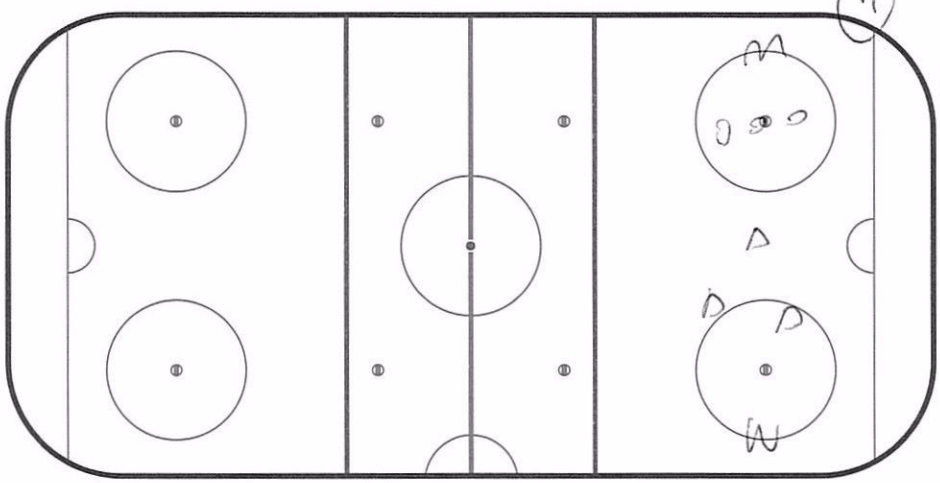
(1) Schuß in Pause 3-3. Jeder Spieler aus Mannschaft muß 1x den Puck berührt haben vor einem Torschuß
– Rest Zeit –

TEAM: U11

DATUM: 2.3.23

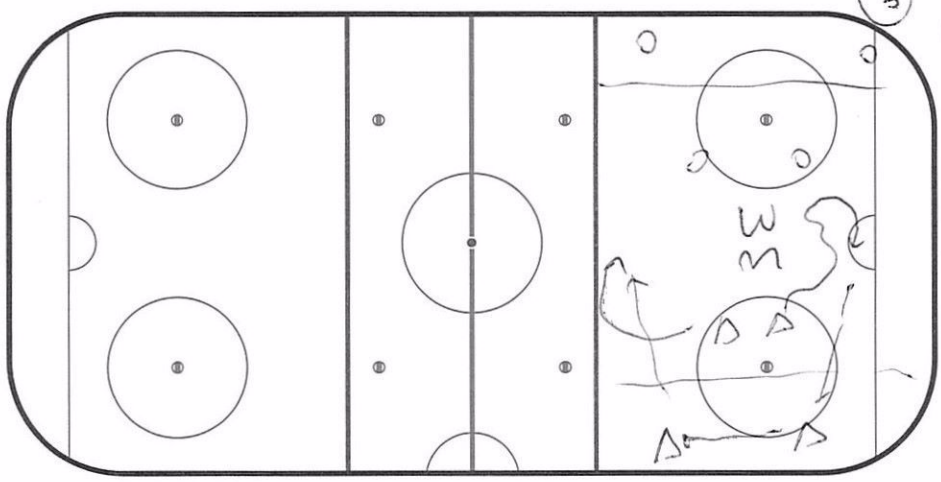
TRAINER: Martin, Joe

TRAININGSPLAN

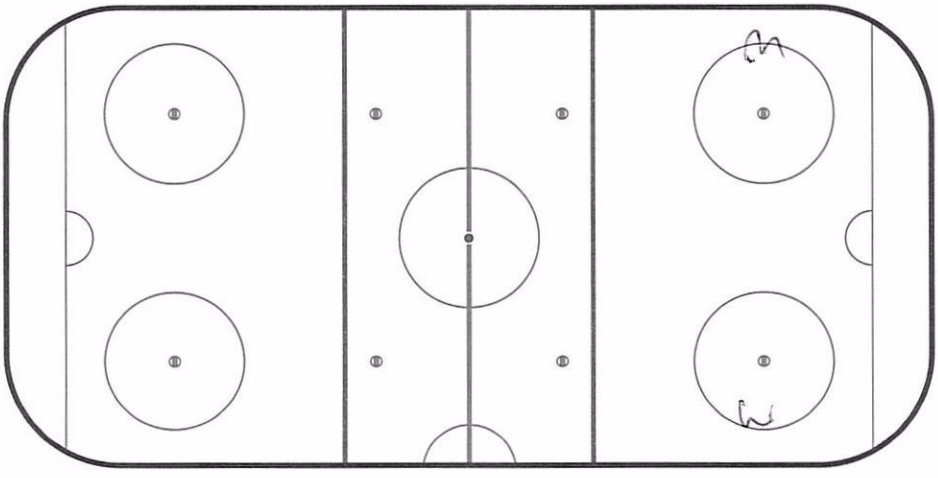


Spieltag !

1. Handball
10 min
2. Seilziehen
10 min
3. 2:2 + 2 D Joker 10 min
4. Fußball 3:3
10 min



5. Kleinfeld
1:1 / 2:2 / 3:3 / 4:4
auf Kommando
15 min

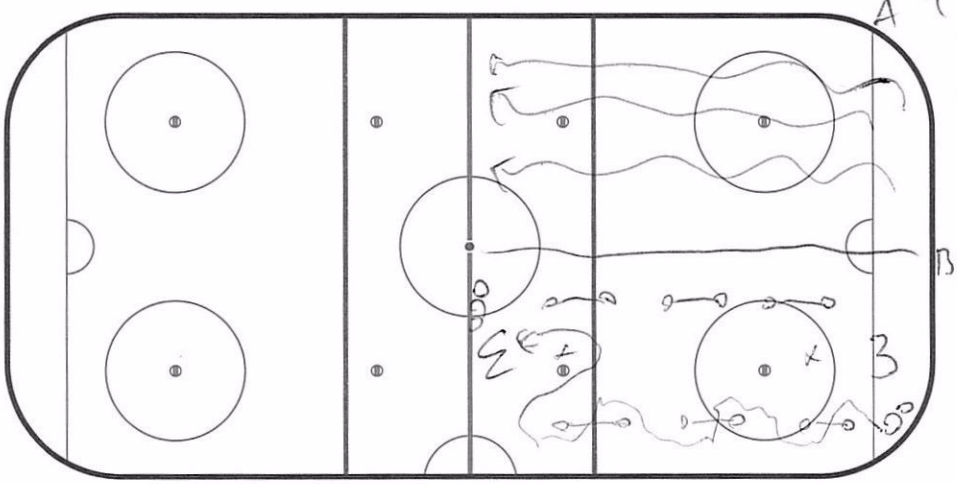


TEAM: U11

DATUM: 7.3.23

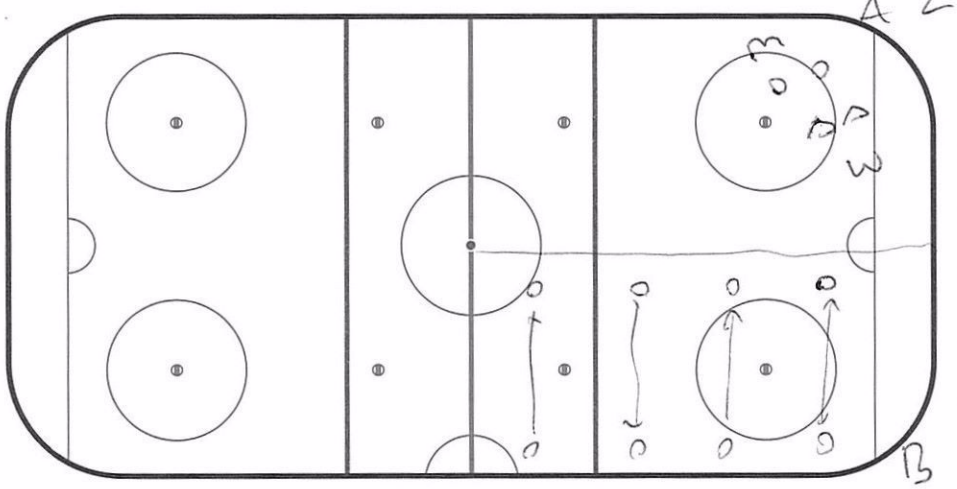
TRAINER: Martin, Marlous

TRAININGSPLAN



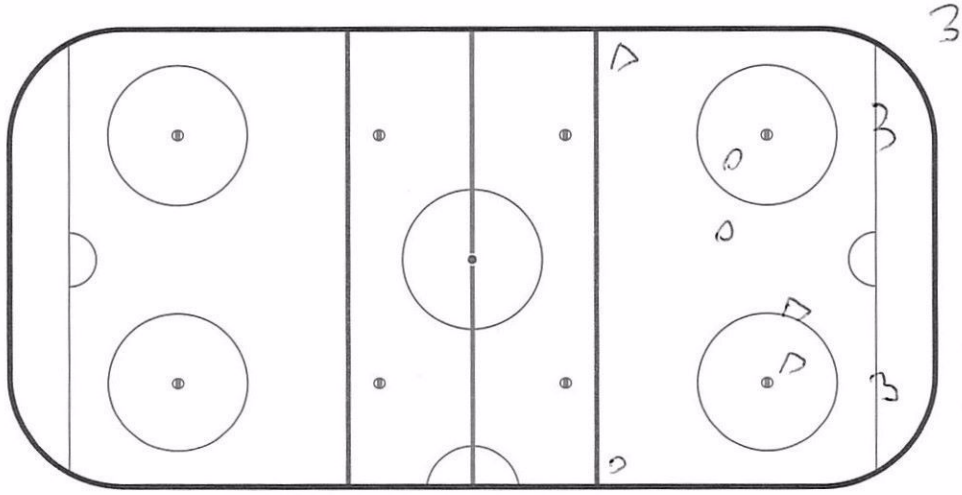
1
A Skating
B Stocktechnik

2x10



2
A 2:2 kleines Feld
B Passen
1. Stand
2. Bewegung vw/rw
Pendel

2x10



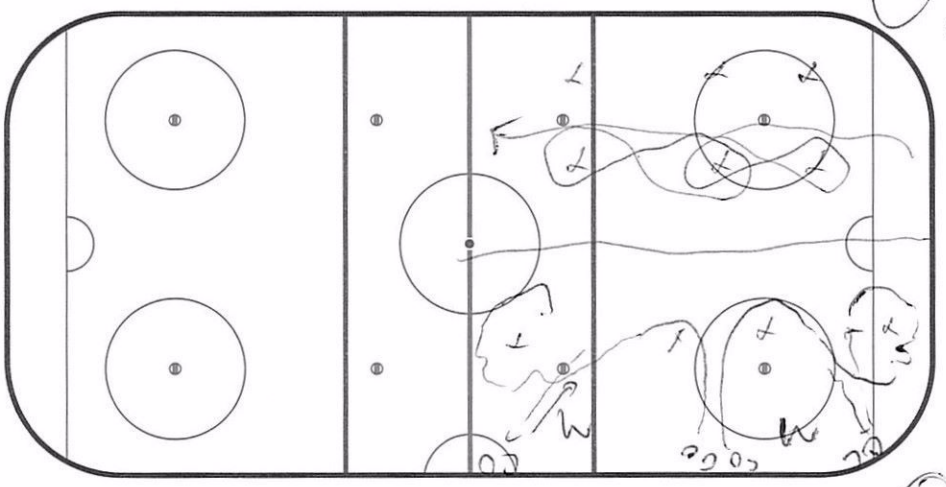
3 Spiel 2:2 + Joker
8min
dann
kleinfeld
8min

TEAM: U11

DATUM: 9.3.23

TRAINER: Joe, Martin

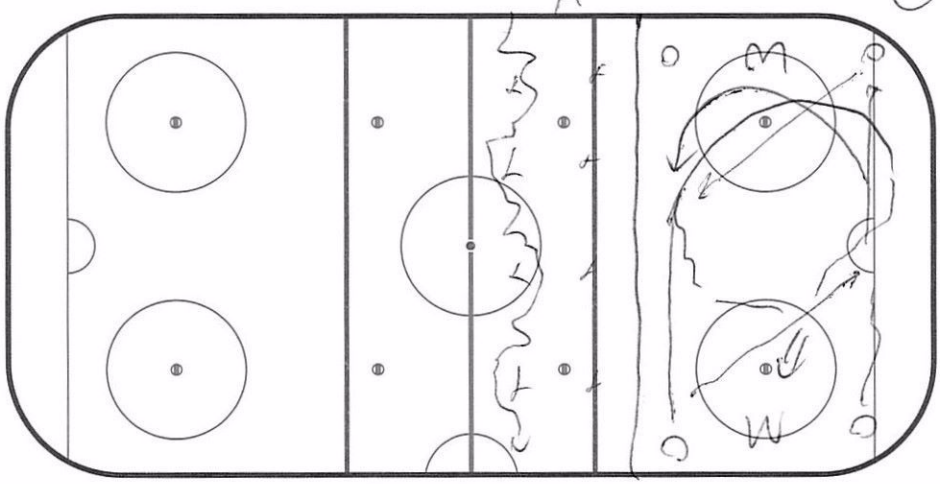
TRAININGSPLAN



1) A Laufen lange Weg verschiedene Formen

B 1:0 Passen
2 Varianten

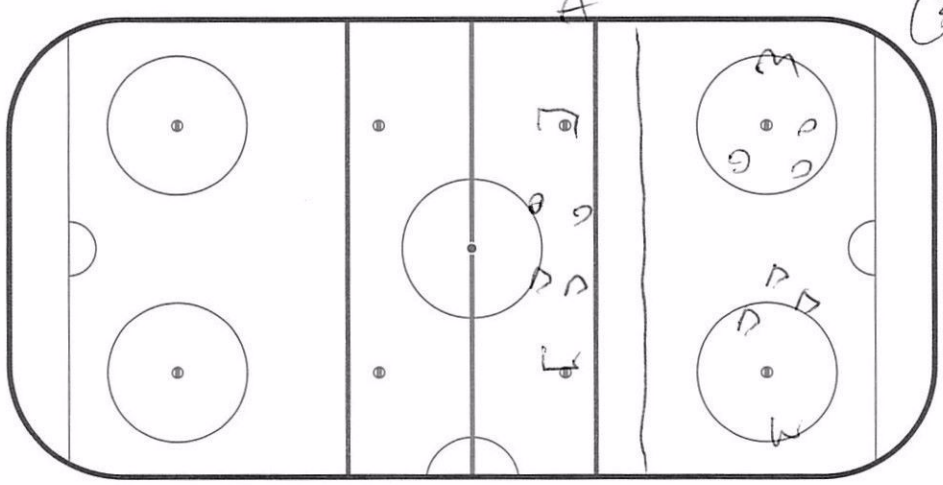
2 × 10min



2) A Stocktechnik

B 2:0 lange Pässe

2 × 10min



3) Spiel
A Ringhockey

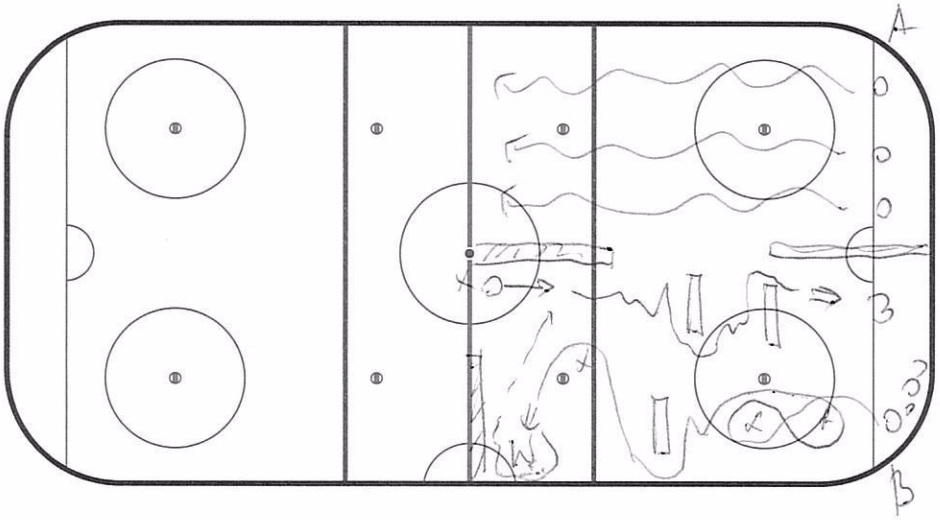
B 3:3
2 × 10min

TEAM: U11

DATUM: 14.3.22

TRAINER: Martin, Pasta

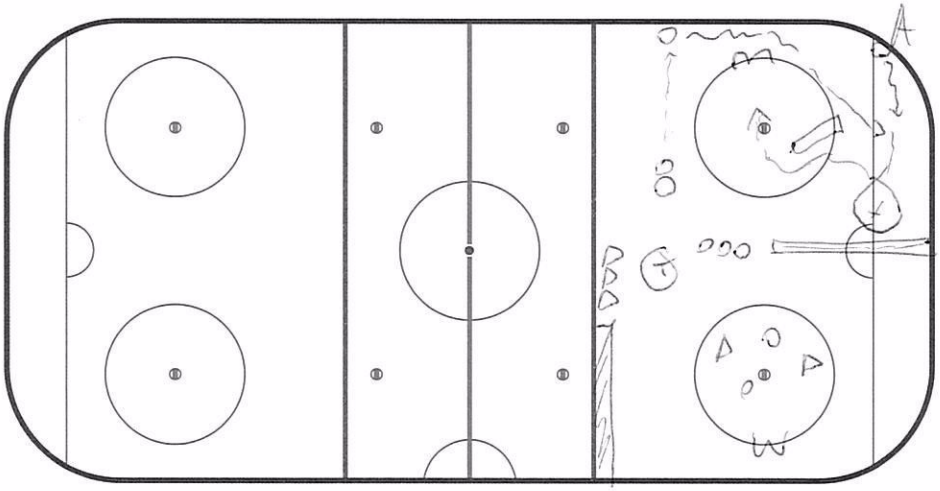
TRAININGSPLAN



A Skating

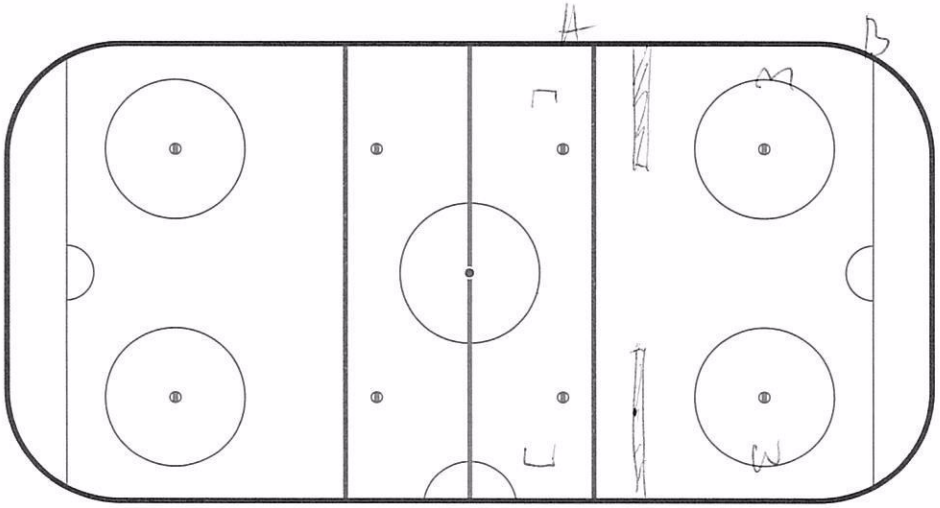
B Parcour

2×10 min



A Passen / Timing
1:0

B 2:2 Traine bei Scheibengewinn anpassen
2×10min



A 2:2

B 4:4

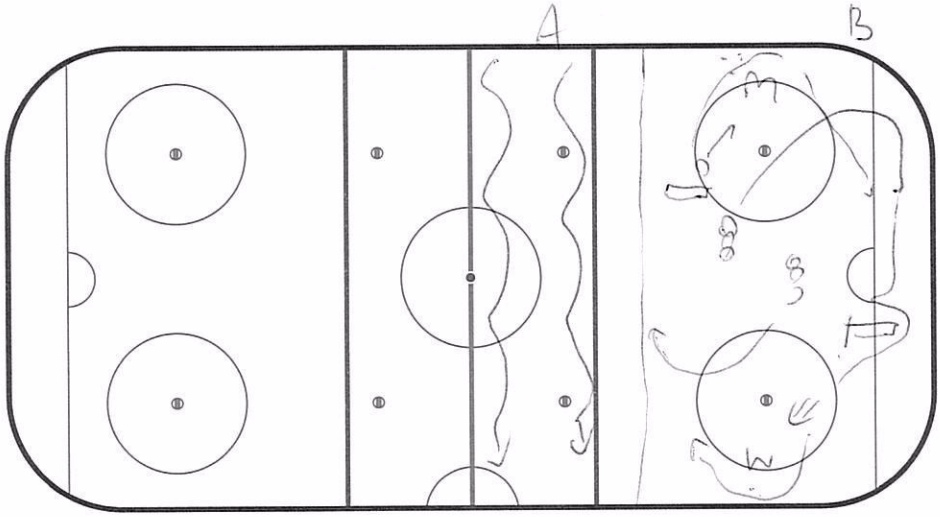
15 min

TEAM: U11

DATUM 16.3.22

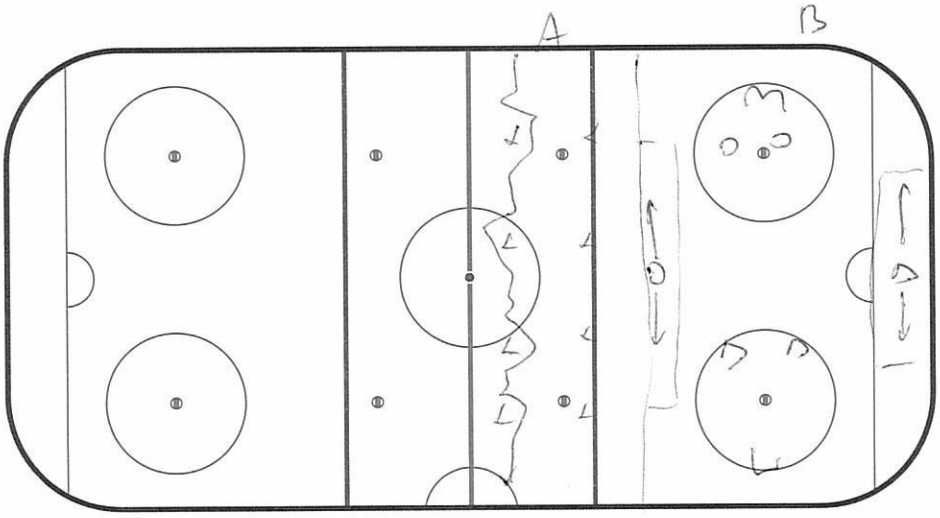
TRAINER: Martin, Markus

TRAININGSPLAN



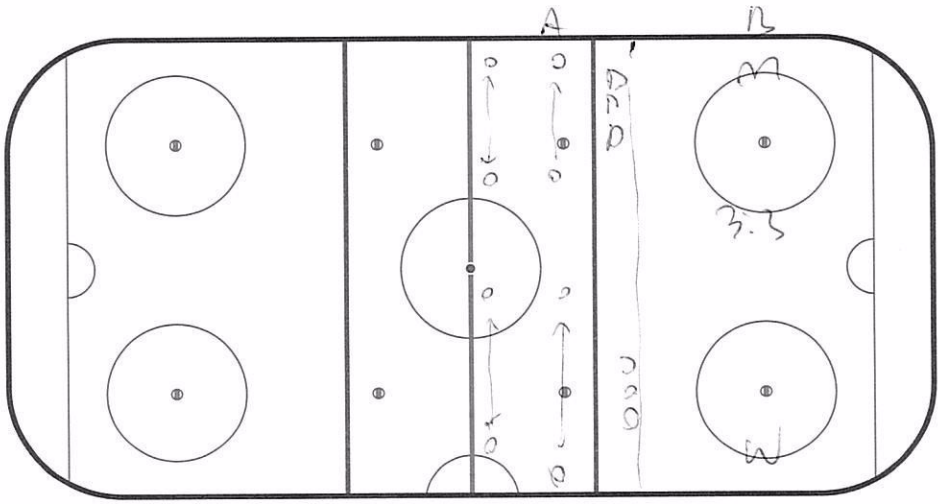
A Skate
B Passkarussel
Timing

2 × 10 min



A Stocktechnik
B 2:2 mit Joker seitl. (oder Ecken)

2 × 10 min



A Passen Gruppe 1

B Spiel Gruppe 2-3

(extra Tafels)

3 × 5 min