BeachL e.V.

Datum: am 10.11.2022 um 16:30-18:00
Titel: DA-3-L (Julian R.)

TR-561

Damentraining

Niveau 3

Trainer: Julian R.

Feld 2

Anmeldeschluss erste Phase: 16.10.2022

LEISTUNGSTRAINING

Im Leistungs-Training bist du richtig, wenn

- Du klare sportliche Ziele hast
- Du im Training hauptsächlich an Technik und Taktik arbeiten willst
- Du auch außerhalb vom Training an dir arbeitest (Physis, Spielpraxis, Turniere, ...)

Was erwarten wir von dir?

- Dass du pünktlich zum Spielbeginn 100% anwesend und aufgewärmt am Feld stehst
- Dass du dich selbst um deine Physis kümmerst, sodass du 90 Minuten intensives Training fokussiert durchstehen kannst
- Dass die bereits geplanten Abwesenheiten minimal sind und nur in Ausnahmefällen weitere dazu kommen
- Dass du mit deinen Mitspieler_Innen und Trainer_In offen und nett umgehst

BeachL e.V.