

	ÜP1	VP1	ÜP2	VP2	WP1			ÜP3	WP2			
	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez	Jan	Feb	Mär
Technik	Pause	Grundtechniken trainieren, Blockstrukturen Individuell / Mängel	Pause	Spezialisierung nach Spielertyp / -funktion Wettkampftraining	Anwendungs- und Wettkampftraining nach teamorientierten Zielen Abbau von Mängeln Spezialtraining für Verletzte / Einzelspieler			Pause	Anwendungs- und Wettkampftraining nach teamorientierten Zielen Abbau von Mängeln Spezialtraining für Verletzte / Einzelspieler			
Taktik	Pause Analyse Anpassungen	Gruppentaktik Spielformen / Kleinfeld	Team- besprechung	K1 / K2 Wettkampftraining	Abbau von Mängel Ausbau der Taktiken Spielstrategien			Ausbau der Spielstrategien aufgrund Hinrunde				
	Analyse und ggf. Anpassungen											
Kondi	Pause	Grundschnelligkeit Ausdauer Muskelaufbau	MAX-Kraft Hdl-Schnelligkeit am Ball			Anaerobe Ausdauer	Konzentrationsausdauer - Spielausdauer			Beweglichkeit - Dehnungsprogramme / Mobilisierung		
Psyche	Vor-/Nach- bereitung	Ind. Betreuung Integration Gruppendynamik	Team- besprechung	Teambuilding	Individuelle Betreuung Wettkampfbetreuung			Team- building Ziele	Individuelle Betreuung Wettkampfbetreuung Vorgespräche nächste Saison			
Orga	Nachbereitung Vorplanung	Material, Schiri-Fobi Turnier und Teammeldung Spielersuche, Aufgabenverteilung	Turniere Teamevents Fotos Öff-Arbeit	Pflichtspiele Öff-Arbeit / Sponsoren Teamaufgaben			Training Events	Pflichtspiele Öff-Arbeit / Sponsoren Teamaufgaben				

