

2020 訓練日誌(4 月份)

Region 訓練中心區域	新北區訓練中心				
Age 組別/Date 訓練時間	U12 每週一 19-20:30 U14 每週二 19-20:30 U10 每週四 19-20:30				
Venue 訓練地點	新北自強國小				
Coach 教練	總教練:黃琦瑞 U14 教練:王嵩文、官瑞祥、黃義翔 U12 教練:劉正和、翁偉賓、朱盛發 U10 教練:陳惠玟、唐儷文、陳韋安				
Number of Player 選手人數	4/2	4/6	4/7	4/9	4/11
	連假停練	下雨停練	調整於 4/11	停練-疫情	31
	4/13	4/14	4/16	4/20、21、23	
	停練-疫情	停練-疫情	停練-疫情	停練-場地辦賽事	
	4/27	4/28	4/30		
	停練-期末考	17	18		

4/7 【U14】 訓練賽

新北 U14 VS 航源 FC，本次訓練賽 30 分×3 節

最主要是確認球員場上的位置，團隊陣型看來是還需要多訓練，在個人部分，雖然是有一定的技術在，但有部分球員對於十一人制的空間及支援時間不是很理解，這是需要透過團隊訓練來再改善。



備註：原訂 4/7 訓練，調整至 4/11

4/28 【U14】

WP :傳球訓練

TR1 : 3vs3+2 自由人

GAME : 7vs7

訓練重點:連結



4/30 【U10】

WP :1v3 用手傳球 (抓無球者、抓有球者、兩個球進行)

TR1:1 搶 3 (防守搶回球權直接攻守轉換)

TR2: 4v4 小型比賽 (隊形 3-1)

TR3:分組對抗

訓練重點:支援

