

中華民國足球協會
2022 地區訓練中心【2 月份訓練日誌】

訓練中心區域	新竹區訓練中心				
訓練時間(組別)	每週三 19-21 (U-10、U-12) 每週四 19-21 (U-14)				
訓練地點	新竹縣第二運動場人工草皮足球場				
教練團	總教練:余祥義 U-15 教練:王宇翔、徐子喬、劉祥興 U-12 教練:林育葦、徐安邦 U-10 教練:余杰霖、彭聖瑋				
訓練日期及人數	週	2/16	2/23		
	三	11	停練		
	週	2/17	2/24		
	四	14	11		
訓練內容					
<p>訓練日期:2/16 訓練組別:U-10 訓練內容: W-UP:傳控球 TR1:1V1 對抗 TR2:2V2、4V4 GAME:8V8 比賽</p>					

訓練日期:2/17
 訓練組別:U-12、U14
 訓練內容:
 熱身:傳球跑動
 TR1:射門練習
 TR2:傳球搶球
 Game:8v8



訓練日期:2/24
 訓練組別:U-14
 訓練內容:基本個人技術練習
 W-UP:吊球長傳練習
 TR1:4V4 持控球訓練
 TR2:6V6 傳球對抗
 GAME:比賽



【2月教練 covid-19 快篩檢測】

余祥義	林育肇	王宇翔
		