

中華民國足球協會
2022 地區訓練中心【3 月份訓練日誌】

訓練中心區域	桃園區訓練中心				
訓練時間(組別)	每週六 14:00-16:00 (U-10、U-12、U-14)				
訓練地點	桃園青埔專用足球場				
教練團	總教練:高淑霞 U-14 教練:廖櫻灣、徐宏銓、黃品洋、楊雅涵 U-12 教練:鄭仕捷、謝冠倫、簡楷倫、詹宸禎、李家獻 U-10 教練:張綵綠、卓亦彬、洪福齊、纒固·妮卡兒				
訓練日期及人數	3/5	3/12	3/19	3/26	
	37	60	38	59	
訓練內容					
<p> 訓練日期:3/5 訓練組別:U-10、U-12、U-14 訓練內容:CTFA 教材-實技(1) W-up:傳、控球 TR-1:4v2、5v2、6v3、8v4 TR-2:4v4 GAME:6v6 新生選測(持球、挑球、比賽) </p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>					

訓練日期:3/12

訓練組別:U-10、U-12、U-14

訓練內容:CTFA 教材-實技(2)

W-up：四方形傳球

TR-1：3v3+2F

TR-2：4v3+2v3 (GAME)

GAME：8v8



訓練日期:3/19

訓練組別:U-10、U-12、U-14

訓練內容:CTFA 教材-實技(3)

W-up：傳(控)球

TR-1：6v2

TR-2：5v5+2F

GAME：6v6(2-1-2)



訓練日期:3/26

訓練組別:U-10、U-12、U-14

訓練內容:CTFA 教材-實技(4)

W-up：傳控球

TR-1：3v3

TR-2：3v2+3v3+GK

GAME：6v6(2-1-2)



【3月教練 covid-19 快篩檢測】

