

中華民國足球協會
2022 地區訓練中心【6 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、黃品洋、李家獻 U-12 教練:鄭仕捷、徐宏銓、謝冠倫 U-10 教練:張綵綠、洪福齊、簡楷倫 支援教練:楊雅涵、詹宸樑、卓亦彬、纒固·妮卡兒				
訓練日期及人數	6/4	6/11	6/18	6/25	7/2
	休息	停練	37	45	60
訓練內容					
訓練日期:6/18 訓練組別:U-10、U-12、U-14 訓練內容: W-up:傳(控)球 TR-1:4v2、5v2、6v3、8v4 TR-2:4v4 GAME:6v6					
訓練日期:6/25 訓練組別:U-10、U-12、U-14 訓練內容: W-up:四方形傳球 TR-1:3v3+2F TR-2:4v3+2v3 (GAME) GAME:8v8					

訓練日期:7/2

訓練組別:U-10、U-12、U-14

訓練內容:

W-up:傳(控)球

TR-1:6v2

TR-2:5v5+2F

GAME:6v6(2-1-2)

