

1. Tag

Uhrzeit

- 09:30 Anmeldungen
Umziehen
- 09:50 Begrüßung und Einführung
- 10:00 Torwarttraining 1
(Technik, Fangtechnik, Falltechnik, Bewegungstechnik, Stellungsspiel)
- 11:00 Torwarttraining 2
(Technik, Taktik, Falltechnik, Aufnahme-Flache Bälle)
- 12:00 Mittagessen /Mittagpause bis 13:30 Essen mitbringen
- 13:30 Video Analyse - Technik Flache Bälle Lehrgang 3
(Aufgenommen im Torwarttraining 2)
- 14:30 Torwarttraining 4
(Flache Bälle – Reaktion)
- 16:00 Ende des Lehrgangsprogramms, Abschlussbesprechungen

- **Vesper (Mittagessen) und genügend Getränke mitnehmen
(am besten Wasser bzw. Mineralwasser)**

2. Tag

Uhrzeit

- 09:30 Anmeldungen
Umziehen
- 09:50 Begrüßung und Einführung
- 10:00 Torwarttraining 5
(Rückpässe, Falltechnik, Bewegungstechnik, Stellungsspiel)
- 11:00 Torwarttraining 6
(Technik, Taktik, Falltechnik, Aufnahme -Halbhohe Bälle u. Flugparaden)
- 12:00 Mittagessen /Mittagpause bis 13:30 Essen mitbringen
- 13:30 Video Analyse - Hohe Bälle / Paraden Lehrgang 7
(Aufgenommen im Torwarttraining 6)
- 14:30 Torwarttraining 8
(Hohe Bälle – Paraden, Reaktion)
- 15:00 „Torwart Duell“
- 16:00 Ende des Torwartcamps
Einzelne Gespräche und Trainingstipps für die Zukunft

- **Vesper (Mittagessen) und genügend Getränke mitnehmen
(am besten Wasser bzw. Mineralwasser)**