



# EISHOCKEYSCHULE - SCUOL 20226



## AUSBILDUNGSPROGRAMM THEMATIK U12 Torhüter / Penguins



SONNTAG	Gruppeneinteilung – Spielformen Basis / Eisangewöhnung
MONTAG	Schlittschuhlaufen und Verschiebungen Korrekte Grundpositionen Augen / Handkoordinationen Basis mit Transfer auf Spielsituationen (On + Office)
	Spiel mit Puck Passen- geben und annehmen – im Stand und im Fahren (On + Office) Selbständiges erlernen in Spielsituationen
DIENSTAG	Schlittschuhlaufen – Verschiebungen Start, korrektes Stoppen Verschiebungen im Stand (T-Push, Parallelschritte) Augen / Hand / Beinkoordinationen erweitern mit Transfer auf Spielsituationen
	Scheibenführung – Kopf hoch, Stock auf Eis und vor Körper Passen – Vorhand / Backhand Selbständiges erlernen in Spielsituationen
MITTWOCH	Schlittschuhlaufen – genaue Aktionen mit Orientierungspunkte Abwehrverhalten 1:0 von Center ICE / Slot
	Off-Ice: Explosive Bewegungen erlernen Selbständiges erlernen in Spielsituationen
DONNERSTAG	Seitliche Bewegungen auf dem Eis = Verschiebungen mit Slide Abwehrverhalten im Slide und folgen daraus erlernen Explosive und genaue Bewegungen (On Ice) vor und seitwärts 1:1 – Spielverhalten Aktiv Spiel
FREITAG	Abwehrverhalten Unterzahlsituationen – 2:1/3:1 Spielsituationen erkennen Spielverhalten allg. – Aktiv am Spiel teilnehmen Selbständiges erlernen in Spielsituationen Off Ice: Taktisches Verhalten bei diversen Spielständen
SAMSTAG	Abschlussturnier – Stanley Cup