



Trening bramkarza - Luis Gavillet, Toni Schumacher, Jan Tomaszewski



Łączny czas:	170 min.
Format:	mpeg2
Dźwięk:	Dolby Digital 2.0
Nośnik:	DVD
Ilość płyt:	2
Język:	angielski
Produkcja:	Mafioly SA, MM Film-Produktion
Rok produkcji:	1985 i 1992
Stan płyty:	bardzo dobry
Stan okładki:	brak
Jakość nagrania:	dobra

Zarchiwizowane na płycie DVD materiały szkoleniowe z mnóstwem przykładów ćwiczeń technicznych, kondycyjnych, stretchingowych, mających na celu doskonalenie refleksu, sprawności ogólnej, skoczności, chwytu, orientacji przestrzennej, trafności oceny czasu, zwinności, szybkości reakcji. Sporą część prowadzący zajęcia przeznaczyci na metodykę rozgrzewki.



Materiał podzielony na:

DVD 1 (110 min.):

- Ćwiczenia prowadzone przez Luisa Gavilleta w szwajcarskim ośrodku Vevey - Sports. Ćwiczenia prezentują znani kiedyś szwajcarscy bramkarze Pierre-Yves Remy oraz Mario Malnati.

Lektor w jęz. polskim.

DVD 2 (60 min.):

- ciąg dalszy zajęć Luisa Gavilleta

- "Torwarttraining und profile mit Toni Schumacher". 26-minutowy materiał zawierający wskazówki i przykłady ćwiczeń prowadzone przez trenera bramkarzy Rolfa Heringa z udziałem znakomitego przed laty bramkarza Haralda "Toni" Schumachera. Zajęcia odbyły się na obiektach FC Koeln.

Wersja w jęz. niemieckim.

- trening bramkarzy prowadzony przez Jana Tomaszewskiego z udziałem byłego bramkarza reprezentacji Polski Jarosława Bako. **Jęz. polski.**

Ogromny zasób ćwiczeń prezentowany przez trzy różne bramkarskie szkoły francuską, niemiecką i polską. Z każdej z nich bramkarz i trener wyciągną dla siebie to co najlepsze. **Czas trwania Luis Gavillet: 114 min. Czas trwania Toni Schumacher: 26 min. Czas trwania Jan Tomaszewski: 30 min.**



Więcej informacji:

