



Utánpótláskorú labdarúgók felkészítése



Łączny czas:	120 min.
Format:	mpeg 2
Dźwięk:	Dolby Digital 2.0
Nośnik:	DVD
Ilość płyt:	1
Język:	węgierski
Produkcja:	Aloha Produkcio & Foci 2000
Rok produkcji:	2000
Stan płyty:	bardzo dobry
Stan okładki:	brak
Jakość nagrania:	dobra

Trening bramkarza

Zarchiwizowany na bardzo dobrej jakości płycie materiał szkoleniowy wydany przez Magyar Labdarúgó Szövetség (Węgierski Związek Piłki Nożnej) i Ifjúsági és Sportminisztérium (węgierskie Ministerstwo Sportu). Autorem publikacji jest słynny węgierski szkoleniowiec Bertalan Bicskei, który w swej długiej, ponad czterdziestoletniej karierze pracował w Korei, Szwajcarii, Arabii Saudyjskiej, Chinach i Egipcie. Był selekcjonerem reprezentacji Węgier i Malezji.

Opracowanie na bardzo wysokim poziomie merytorycznym, zawierające wszelkie elementy istotne w szkoleniu bramkarza. Każdy fragment przedstawiony w bardzo czytelny sposób, zawierający jasną metodykę nauczania. Prawdziwa kopalnia wiedzy dla bramkarzy i ich trenerów.

Materiał podzielony na cztery części:

SKOLENIE BRAMKARZA W WIEKU 8-10 LAT

Poruszanie się w bramce. Chwyć piłki uderzonej po ziemi, półgórną i górną, wypychanie, piąstkowanie. Wyrzut piłki po ziemi, górą. Chwyć piłki z upadkiem. Gra w sytuacji 1 na 1. Wykop piłki.

SKOLENIE BRAMKARZA W WIEKU 10-12 LAT

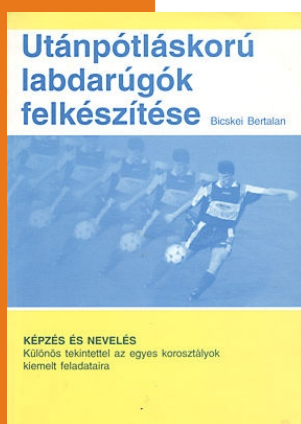
Wypychanie piłki. Chwyć piłki górnej w wyskoku. Piąstkowanie. Robinsonada.

SKOLENIE BRAMKARZA W WIEKU 12-14 LAT

Chwyć piłki górnej w wyskoku. Obrona sytuacyjna nogami. Piąstkowanie oburącz i jednorącz. Wyrzut piłki.

SKOLENIE BRAMKARZA W WIEKU 14-18 LAT

Ćwiczenia kształtujące zwinność, szybkość, koordynację ruchową, skoczność. Wznawianie gry rzutem od bramki. Gra nogami. Zachowanie w sytuacji sam na sam. Ćwiczenia kompleksowe.



Materiał zrealizowany na obiektach MTK Hungaria Budapeszt, klubu w którym jak mało gdzie na Węgrzech inwestuje się w pracę z młodzieżą. MTK posiada wspaniałą piłkarską akademię z pięknym ośrodkiem szkoleniowym. W pokazie biorą udział młodzi bramkarze tego klubu. Nadzór nad realizacją programu, poza jego głównym autorem sprawował György Bognár, znakomity przed laty węgierski zawodnik, 50-krotny reprezentant Węgier.



Więcej informacji:

http://www.lionsport.hu/catalog/index.php?cPath=507_513

