

# Zeitplan Jugendtraining des BPV NRW 24.03.2019

Zeit	Programmablauf	Ort	Sonstiges
10:00 - 10:15 Uhr	Begrüßung der Spieler	Ruhebereich	
10:15 - 10:35 Uhr	Gemeinsames Aufwärmen	Spielbereich	Leinen entfernen um Stolpern zu vermeiden
10:35 - 10:45 Uhr	Aufteilen der Gruppen	Ruhebereich	
10:35 - 11:30 Uhr	Einfache Übungen 1 - Rollen 2 - Halbportée 3 - Hochportée	Spielbereich	
11:30 - 11:45 Uhr	Puffer Zeit; Pause	Spiel,-Ruhebereich	Aufbau der nächsten Übungen
11:45 - 13:15 Uhr	Übungen von Horst Hein 1 - Halbportée mit Hindernis 2 - Spielen nah am Aus 3 - Schuss auf die Hintere 4 - 10:10 Spiel gewinnen	Spielbereich	Übungen mit bundesweitem Vergleich.
13:15 - 14:15 Uhr	Mittagspause	Ruhebereich	Pause ist Pause - KUGELVERBOT! Aufbau der nächsten Übungen
14:15 - 15:15 Uhr	Übungen II 1 - Donnée Blockade 2 - Mehrzweck Donnée 3 - Linienschießen 4 - ?	Spielbereich	
15:15 - 15:30 Uhr	Puffer Zeit; Pause	Spiel,- Ruhebereich	Einteilen von Teams
15:30 - ca. 16:30 Uhr	Spiele in festgelegten Teams	Spielbereich	