

# 中華民國足球協會訓練中心計畫

## 2020 訓練日誌(2 月份)

Region 訓練中心區域	新竹區訓練中心			
Age 歲組/Time 訓練時間	女子組、U10、U12 每週三 19-21 U14 每週四 19-21			
Venue 訓練地點	新竹第二運動場			
Coach 教練	總教練:余祥義 U14 教練:陳界任、余杰霖 U12 教練:徐安邦、曾彥誌 U10 教練:徐子喬、彭聖璋			
Number of Player 選手人數	2/26	2/27		
	42	15		
<b>2/26 【U10】 基本技術+傳控球 (28 人)</b>				
W-UP 鬼抓人遊戲 TR-1 15 公尺傳控球 TR-2 1V1, 2V2 線球門 GAME 5V5 對抗				
				
<b>2/26 【U12、女子組】 (14 人)</b>				
熱身:協調 ABC TR1: 球員:小組傳球 GK:綜合性訓練 TR2:持控球 TR3:比賽				

2/27 【U14】傳控球 (15人)

W-UP 盤運球遊戲  
TR-1 快速傳控球  
TR-2 4V4 線球門  
GAME 7V7 對抗

