



Maalivahdin pelitaito koulutus Kotka 13.3 – 14.3.2020

Perjantai 13.3

- 17:00 – 19:00 Luento: Pelaaminen eri maalintekotilanteissa, pelitilaneliikkuminen ja mailapeli
- 19:45 – 21:00 Jääharjoitus harjoitushalli
- 21:00 – 21:30 Palaute / jääharjoituksen läpikäynti

Lauantai 14.3

- 08:00 – 09:00 Luento: Pelaaminen eri maalintekotilanteissa + mv – kenttäpelaaja yhteistyö
- 09:15 – 10:30 Jääharjoitus Kilpahalli
- 11:00 – 11:30 Pelin videointi B2 mestis Titaanit – Jovi/Viikingit, Kilpahalli
- 12:00 – 12:45 Luento: Harjoituksiin ja otteluihin valmistautuminen, mielikuvaharjoittelu ja rentoutuminen
- 12:45 – 13:45 Ruokailu
- 13:45 – 15:00 Luento: Ravinto + maalivahtia koskevat säännöt + pelisuorituksen arviointi
- 15:00 – 15:30 Maalivahtijään suunnittelu ryhmissä
- 15:45 – 17:00 Jääharjoitus harjoitushalli
- 17:15 – 17:45 Palaute ja koulutuksenpäättös.