

LABDAÉRZÉKELÉSI FELADATSOR

🔍 SZŰRÉS

🏠 Kezdőlap

🔥 Felkapott

📺 Feliratkoz...

📖 Könyvtár



Két külső, egy belső, lábváltással

5:55

Labdaérezkeléses feladatsor

Kecskeméti TE • 18 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt

25 gyakorlatból álló feladatsor, mely bemelegítéshez és otthoni gyakorláshoz is hasznos, fejleszti a technikát és



2:41

Labdavezetési gyakorlatok

OFA • 50 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

A futballban a labdavezetés és az egyéni technikai képzettség nagyon fontos, ezért ezt nagyon lényegesnek



5:12

footballfabrik - gyakorlatok a labda kezelésére, labdaérezk fejlesztésére

footballfabrik • 7,4 E megtekintés • 7 hónappal ezelőtt

labdakoordinációs gyakorlatok amelyek fejlesztik a labdaérezket, és bemelegítésnél is alkalmazható. A



3. Átvétel döntéssel

5:04

Átadások, átvételek és befejezések gyakorlása

Football in Barcelona • 14 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt



2:21

Téli, otthoni, erősítő gyakorlatok

OFA • 16 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

A mai tréningünk az erősítésről fog szólni, amit bent a lakásban is tudsz csinálni. Ez nagyszerű focis erősítés.



19:07

S4E edzés u6-u9; u10-u13

SKILLS4EVA • 1,7 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt

🏠
Kezdőlap

🔥
Felkapott

📺
Feliratkoz...

📺
Könyvtár

...CIÓ ÁTUGRÁSA



Nagy segítség ez az oktatóim ezonak es jatekosnak egyaránt. Lépésről lépésre bemutatja a brazil labdarúgás



BSC 1924 | U14-U15-U17 Technikai edzés Albert Flóriánnal

BSC Labdarúgás • 22 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

BSC 1924 | U14-U15-U17 Technikai edzés Albert Flóriánnal Alapvetően a csatárok számára tartott edzést



Murár Viktória Fanni edzés U12

Ferenc Sátán Murár • 2,3 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt



MMSZ SE Miskolc edzest gyakorlat 5-3 (Jokerrel). Edzo Toth Keve ur

Jackes Gil • 67 megtekintés • 3 évvel ezelőtt

Magyar Malta Szeretetszolgálat Sport Egyesület Elso edzest 2016-ben Miskolc edzest gyakorlat 5-3 9



Goldball évváró edzés 2015 - feladatok (2009-es korosztály)

varsi5 • 2,9 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt

Felvétel: Kurucz Katalin és Varsányi Zsolt.



2013.09.26. Edzés és lögyakorlat

vasasmedia • 2,5 E megtekintés • 6 évvel ezelőtt

Operatőr, vágó: Dóra Andor Riporter: Szakál Boglárka.

Kapcsolódik a keresésedhez



coerver personal training (Pmf)

- 🏠 Kezdőlap
- 🔥 Felkapott
- 📺 Feliratkoz...
- 📖 Könyvtár

LABDAKEZELÉSI GYAKORLATOK



13:27



2:02

Baby V k, Puskás féle csel

OFA • 25 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

Ebben a videóban egy olyan gyakorlatot mutatok, aminél rengetegszer érsz a labdába, fejleszti a



3:07

Biciklicsel és átlépős csel

OFA • 21 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

Ebben a videóban a biciklicselt és az átlépős cselt tanuljuk meg. A kettő közt igenis van különbség, nézzük is

+7 TOVÁBBI



2:39

Labdakezelési feladatok, összetett kapura lövési gyakorlat

Gyula Zsiga • 4,8 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt

MKSZ engedélyével. Imre Vilmos bemutatója a NEKA növendékeivel. Balatonfüred továbbképzés 2017.

Ehhez kapcsolódó keresések: labdakezelési gyakorlatok foci



u11 football training



online fociakadémia



fradi focisuli



u11 foci

Neked ajánlott



Ó.K.S.I kisiskolás labdás ügyességfejlesztés

CIÓ ÁTUGRÁSA 7:47

🏠 Kezdőlap

🔥 Felkapott

📺 Feliratkoz...

📺 Könyvtár



20 perces TELJES TEST edzés a Margitszigetről

Zita Szászhegyessy • 83 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt

Szeretnél még ilyen edzéseket? 30 napig, minden nap, motiváló emailekkel és bónusz videókkal, teljesen



Digitális testnevelés- Plüss játékokkal végezhető otthoni...

Marietta health training •

12 E megtekintés • 1 héttel ezelőtt

Jó szórakozást! #stayhome #maradjatokotthon.

+7 TOVÁBBIK



Gyakorlatok a robbanékony megindulás fejlesztésére -...

R-med Performance LAB •

36 E megtekintés • 4 évvel ezelőtt

www.rplab.hu Ez alkalommal a robbanékony megindulás fejlesztésére helyeztük a hangsúlyt. Zsolt 3 olyan



KTAE koordináció rombusz

péter burcsik • 4,7 E megtekintés • 6 évvel ezelőtt



TOP 6 + 1 | Labdaérezék fejlesztő gyakorlatok [Otthoni]

Rajmund Osvald • 646 megtekintés • 6 hónappal ezelőtt

Zene: Axel Thesleff - Bad Karma [Elérhetőségek] E-mail: remorgameplay@gmail.com Facebook: ...



Nyitott védelem felépítése lépésenként

Gyula Zsiga • 2,3 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt

Hogyan, mikor, mit kell tenni? Lépésekkel a nyitott

🏠 Kezdőlap

🔥 Felkapott

📺 Feliratkozása...

📺 Könyvtár

LABDAJÁRÓ ÁTUGRÁSA



0:51

A labda elvezetése. U9 korosztály

Gyula Zsiga • 708 megtekintés • 4 évvel ezelőtt

Fontos a lábak tédben hajlított helyzete, illetve a labdát elvezető, vagy elütő karral, azonos oldali láb legyen elől.



3:19

Foci edzés 1. rész

kálmán danyi • 2,5 E megtekintés • 1 évvel ezelőtt

Lájkolj! Iratkozzatok fel.



0:40

17 középpályás visszapassz utáni ívelés mélységbe 4 védő 1...

András Helm • 65 megtekintés • 1 évvel ezelőtt



1:41

Serdülő lány válogatott labda felhozatal 6:4 ellen.

Gyula Zsiga • 1 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt

Ifj. Kiss Szilárd és a serdülő lány válogatott.



3:30

Hogyan védekezzünk gyors támadók ellen

OFA • 36 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

Ma az online foci akadémia videójából megtanuljuk, hogyan védekezzünk a gyors támadók ellen. Ez most egy



6:29

HOGYAN RÚGJ KNUCKLEBALLT? | CSAPÓDÓ LÖVÉS

Freestyle FC • 329 E megtekintés • 1 évvel ezelőtt

Sziasztok! Elkészült a következő lövéstechnikával foglalkozó videónk, ahol a Knuckleballt vesszük



Hogyan fejleszd a képességeidet?

#1 | SKLZ

Freestyle FC • 211 E megtekintés • 1 évvel ezelőtt

LABDAJÁTÉKOK ÉS KÖZÖSSÉGI ÉRTÉKESÍTÉS

🏠 Kezdőlap

🔥 Felkapott

📺 Feliratkozók...

📺 Könyvtár



31:13

OVIS FOGLALKOZÁS (Hétszínvirág óvoda)

Bolha Focitanoda SE Tárnok • 5 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

A Bolha Focitanoda ovis foglalkozása a Tárnoki Katlanban. A felvétel a Tárnoki Hétszínvirág óvodásainak



2:13

Összetett képzés a labda elfogása, birtoklása, labdavezetés, átadások...

Gyula Zsiga • 10 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt

Kiss Dóra bemutatója a nádudvari Kövy Sándor Általános Iskola 2. osztályos gyerekek segítségével.



2:47

Labda érintés talppal

OFA • 12 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

Ma megtanulunk egy fontos futball technikát, a lábfejjel való labdaérintést. Ez a videó a kezdő játékosoknak es az

Felirat



4:15

16. Egyéni Képzés

Focista Krisz 2005 • 677 megtekintés • 1 évvel ezelőtt

Helm András.

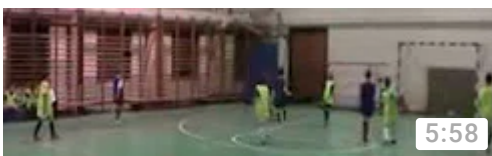


1:49

Koordinációs létra. Alap gyakorlatok

Viktor Zemen • 22 E megtekintés • 4 évvel ezelőtt

Ha még nem használtál koordinációs létrát az edzéseid során, ilyen és ezekhez hasonló egyszerű gyakorlatokkal



5:58

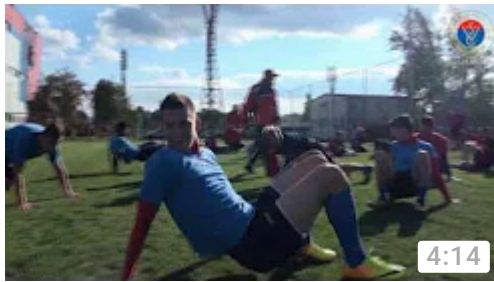
foci edzés 2014.01.06. 185849

József Kiss • 8 megtekintés • 6 évvel ezelőtt



Hort SE U10 - U11fiúk labda

- 🏠 Kezdőlap
- 🔥 Felkapott
- 📺 Feliratkoz...
- 📖 Könyvtár



2013.09.19. Erőnléti edzés és mozgáskoordináció

vasasmedia • 22 E megtekintés • 6 évvel ezelőtt

Operatőr, vágó: Dóra Andor Riporter: Szakál Boglárka.



KABÁT PETI MEGTANÍTOTT FOCIZNI - alapok + bakik

Ritzl Márk • 115 E megtekintés • 8 hónappal ezelőtt

Elérhetőségeim: ! INSTA:

https://www.instagram.com/r_mark_1999/ FACEBOOK: ...



Labdafelhozatal variáció 1.

Gyula Zsiga • 894 megtekintés • 4 évvel ezelőtt

Több funkciós gyakorlat, nyolcadikos fiúkkal. Két oldalon, két labdával, külön majd együtt + védő beiktatásával.



Forray Gábor tippjei otthon is elvégezhető kosárlabda...

KTE-Duna Aszfalt • 1,3 E megtekintés • 1 héttel ezelőtt

A KTE-Duna Aszfalt csapata kiemelten fontosnak tartja, hogy a saját lehetőségeihez mérten segítsen a gyerekeknek,

Labdaérezékelés otthon - Ball Control at home (Labdavezetés)

Tamás Horváth • 925 megtekintés • 2 héttel ezelőtt

football #foci #soccer #controlball #labdaérezékelés #athome #sport #soccertraining #training #足球

Krisztián 11 éves - összefoglaló mix.

Focista Krisz 2005 • 580 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt

U 11.



Kezdőlap



Felkapott



Feliratkozók...



Könyvtár