

CIÓ ÁTUGRÁSA

 SZÜRÉS

 Kezdőlap

 Felkapott

 Feliratkoz...

 Könyvtár



Labdavezetési gyakorlatok

OFA • 50 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

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



Labdaérzékeléses feladatsor

Kecskeméti TE • 18 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt

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



Átadások, átvételek és befejezések gyakorlása

Football in Barcelona • 14 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt



footballfabrik - gyakorlatok a labda kezelésére, labdaérzék fejlesztésére

footballfabrik • 7,4 E megtekintés • 7 hónappal ezelőtt

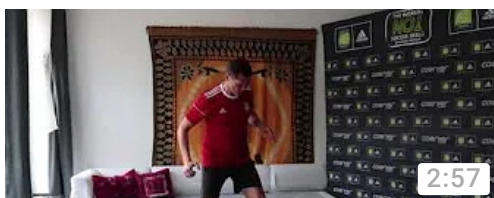
labdakoordinációs **gyakorlatok** amelyek fejlesztik a labdaérzékét, és bemelegítésnél is alkalmazható. A



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.



Coerver© | HÁZI FELADATOK | #1

Coerver Coaching Magyarország • 2,7 E megtekintés • 1 héttel ezelőtt

Sajnos az edzések egy időre elmaradnak, viszont semmi ok a rosszkedvre, folyamatosan érkeznek az új

🏠
Kezdőlap

🔥
Felkapott

📺
Feliratkoz...

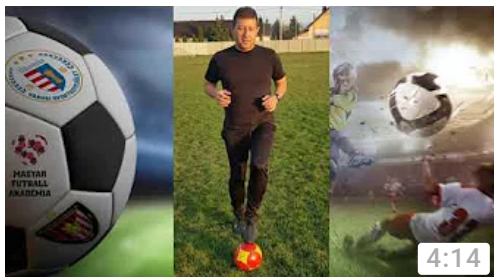
📺
Könyvtár

CIÓ ÁTUGRÁSA



1:03:27

Nagy segítség ez az oktatófilm edzőnek és játékosnak egyaránt. Lépésről lépésre bemutatja a brazil labdarúgás



4:14

U7-U9 EDZÉSGYAKORLATOK - 1. rész

Újhartyán VSE • 316 megtekintés • 1 héttel ezelőtt

Újhartyán Városi Sportegyesület saját készítésű korosztályos **gyakorlat** összeállítása U7 és U9-es korú



2:40

Védekezés 1:1 ellen

OFA • 10 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

1. Első és legfontosabb, hogy közelítsd meg a védőt. Ha túl gyorsan futsz felé és ő is gyorsan jön feléd, akkor



3:24

Lőtt passz

OFA • 63 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

Ebben a videóban bemutatásra kerül az ún. lőtt passz, oldalról történő felfutással. Átadásra és lövésre is



4:43

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

varsi5 • 2,9 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt

Felvétel: Kurucz Katalin és Varsányi Zsolt.



9:31

A Szombathelyi Haladás NB1-es csapatának edzése Tarcsafürdőn -...

TMV • 11 E megtekintés • 10 évvel ezelőtt

A Haladás labdarúgócsapata Bad Tatzmannsdorfban edzett a műfüves fociarénában, majd a Hotel Avita

Kapcsolódik a keresésedhez



4:14

Biciklicsel és átlépős csel

OFA • 21 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

CIÓ ÁTUGRÁSA



🏠
Kezdőlap

🔥
Felkapott

📺
Feliratkoz...

📺
Könyvtár



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



TOP 10 | Könnyű Foci Csel Kezdőknek [TUTORIAL]

Rajmund Osvald • 61 E megtekintés • 1 évvel ezelőtt

Zene: 1. Erik Lund - Summertime (Vlog No Copyright Music) 2. Giraffe Squad - Wait For Me [NCS Release]

+7 TOVÁBBI



TOP 6 + 1 | Labdaérzék fejlesztő gyakorlatok [Otthoni]

Rajmund Osvald • 646 megtekintés • 6 hónappal ezelőtt

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

Ehhez kapcsolódó keresések: **labdavezetési gyakorlatok foci**



u11 football training



online fociakadémia



fradi focusuli



foci szabályai

Neked ajánlott



Ó.K.S.I kisiskolás labdás
ügyességfejlesztés

CIÓ ÁTUGRÁSA 7:47

🏠
Kezdőlap

🔥
Felkapott

📺
Feliratkoz...

📺
Könyvtár



Otthoni testnevelés óra alsósoknak 1.rész

Hurricane Sportegyesület •
20 E megtekintés • 2 héttel ezelőtt

📌 Elérhetőségek 📌 Facebook: ...



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

+5 TOVÁBBI



Labda nélküli mozgások - 1. rész

Nagykeró • 3,9 E megtekintés • 1 évvel ezelőtt

Ez a videó egy sorozat első darabja, amelyben a labda
nélküli mozgások érdekes világába kalauzolunk



Foci sulis - 05. Technikai, taktikai gyakorlatok

SZISE - Szent István SE - •
151 megtekintés • 3 évvel ezelőtt

Foci sulis Mezey Györggyel.



VSE Törzs erősítő gyakorlatok napi használatra

VSE Dreamers • 3,6 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt

A fent látott stabilizációs **gyakorlatok** a törzs izmainak
megerősítését szolgálják, melyek későbbi sérüléseket



A foci edzés gyerekeknek egy ideális kikapcsolódási és...

Rtv Ok • 1 E megtekintés • 1 évvel ezelőtt

A torontálvásárhelyi Spartakusz labdarugó klub fiúkkal és

🏠
Kezdőlap

🔥
Felkapott

📺
Feliratkozók...

📺
Könyvtár

CIÓ ÁTUGRÁSA



2:39



9:43



2:21



3:12



6:09

Labdaerzekeles otthon - Ball Control at home (Labdavezetés)

Tamás Horváth • 925 megtekintés • 2 héttel ezelőtt

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

Labdaügyességi kézilabda feladatok otthonra / Handball ball...

Ádám Korsós • 10 E megtekintés • 1 héttel ezelőtt

Valószínűleg a **gyakorlatok** egy bizonyos részét mindenki ismeri, a célom az volt, hogy olyan labdaügyességi

2013.09.26. Edzés és lögyakorlat

vasasmedia • 2,5 E megtekintés • 6 évvel ezelőtt

Operatőr, vágó: Dóra Andor Riporter: Szakál Boglárka.

Egyérintős passz

OFA • 3,6 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

A következő gyakorlatban az egyérintős passzolás technikáját sajátíthatjuk el. Az egyérintős passzok által a

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

B17 Soccer Academy - Szlalom labdavezetés

B17 Soccer • 700 megtekintés • 4 évvel ezelőtt

B17 Soccer Academy - Be a Professional Football Player Cselek , Trükkök , Gyakorlatok , Elemzések Feladat:

B17 Soccer Academy Szlalom labdavezetés + lövés V

B17 Soccer • 333 megtekintés • 4 évvel ezelőtt

FUTBALL ÉS LABDAÁTVÉTEL



Kezdőlap



Felkapott



Feliratkozá...



Könyvtár

Koordinációs futball gyakorlat 2015 - Coordination exercise 2015 /...

Liptákné Magdolna • 3,7 E megtekintés • 4 évvel ezelőtt

Varga Péter és Lipták 'Lipi' Norbert közösen mutatják be a saját ötleten alapuló koordinációs gyakorlatukat Varga

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

FK EGYSEG - Focisuli lecke 1. / Rúgásfajták és labdaátvétel/...

Egység Labdarúgó Klub Kishegyes •

1,2 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt

A Foci Suli első adásában a rúgástechnikával és a labdaátvételek fontosságával ismerkedhetünk meg. A film

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.

Murár Viktória Fanni edzés U12

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

2020/03/23 LABDAVEZETÉS I. rész

Óbudai Kaszások Kosárlabda Akadémia •

749 megtekintés • 1 héttel ezelőtt

Az Óbudai Kaszások Kosárlabda Akadémia készített egy videoanyagot, ami hasznos lehet mindenki számára az

Futball edzés otthon - II. rész

Kelemen Football Training •

CIÓ ÁTUGRÁSA



Kezdőlap



Felkapott



Feliratkoz...



Könyvtár

Megterhelő edzés a felkészülés utolsó szakaszában

Cegléd Foci Official • 2,9 E megtekintés • 3 évvel ezelőtt

Csep-Gól FC egyéni edzés U11-12 2017.11.20.

Ferenc Sátán Murár • 1,3 E megtekintés • 2 évvel ezelőtt

11+ bemelegítő gyakorlat

Csaba Diczkó • 26 E megtekintés • 7 évvel ezelőtt

11+ bemelegítő gyakorlat.

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,

Foci Fitness erősítések

OFA • 2,7 E megtekintés • 5 évvel ezelőtt

Ez a foci-fitness, focis erősítő videó egy olyan gyakorlatot mutat be, amely növeli a kondíciót és az

Foci feladatok otthonra - SKILLS4EVA

SKILLS4EVA • 614 megtekintés • 2 héttel ezelőtt

Takács Dávid #skills4eva #többmintfoci #fociházi #maradjotthon #gyakorolj #neviccelj.


Kezdőlap


Felkapott


Feliratkozók...


Könyvtár