

A KAPUS TECHNIKA-TAKTIKA



Bicskei Bertalan

MLSZ FKI Edzőképzés Vezetője

A Magyar Edzők Társasága Elnökségének tagja

A Mesteredzői Kollégium tagja



A KAPUS TECHNIKA-TAKTIKA

A KAPUS VÉDŐ TECHNIKA-TAKTIKA FELOSZTÁSA

LABDA NÉLKÜL

- alapállás
- helyezkedés
- futás
- ugrás
- megindulás és megállás
- irányváltóztatás

LABDÁRA IRÁNYULVA

- állásban
- oldalmozgással
- futással
- legördülés
- lecsúszás
- vetődés

LABDÁVAL

- labdafogás
- labda tolása
- labda ütése
- öklözés
- védelem lábbal

A KAPUBAN KIFUTÁSNÁL BEADÁSNÁL

- mezőnyjátékos te-ta

LABDA NÉLKÜL

- mezőnyjátékos te-ta
- kirúgás kézből
- kidobás

LABDÁVAL

A KAPUS TÁMADÓ TECHNIKA-TAKTIKA FELOSZTÁSA