

Måned og uke	Januar			Februar		
	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>
13-14 år	Utgangstilling/grep/fallteknikk	Plassering	Lederevner	Ball i fot/igangsettinger	Spillforståelse	Vinnerskalle
15-16 år	Fallteknikk/forflytning	Plassering/spillforståelse	Lederevner	Tilbakespill/feltarbeid/dødballer	Igangsetting (1A)/kommunikasjon	Vinnerskalle
17-19 år	Forflytning	Plassering/spillforståelse	"Keepertypen"	Feltarbeid	Samarbeid med forsvaret	"Keepertypen"
20 -	Utviklingsmål for enkeltspilleren	Valg og risikovurdering	Treningsmentalitet	Utviklingsmål for enkeltspilleren	1A	Treningsmentalitet
Måned og uke	Mars			April		
	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>
13-14 år	Distribusjon/1vs1 og gjennomspill	Kommunikasjon	Konsentrasjon	Utgangstilling/grep/fallteknikk	Plassering	Lederevner
15-16 år	1vs1 og gjennomspill/distribusjon	Bearbeidingsfasen	Konsentrasjon	Fallteknikk/forflytning	Plassering/spillforståelse	Mental trening
17-19 år	1vs1 og gjennomspill	Igangsetting (1A)/kommunikasjon	"Keepertypen"	Distribusjon	Plassering/spillforståelse	"Keepertypen"
20 -	Utviklingsmål for enkeltspilleren	Valg og risikovurdering	Treningsmentalitet	Utviklingsmål for enkeltspilleren	1A	Treningsmentalitet
Måned og uke	Mai			Juni		
	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>
13-14 år	Ball i fot/igangsettinger	Spillforståelse	Vinnerskalle	Distribusjon/1vs1 og gjennomspill	Kommunikasjon	Konsentrasjon
15-16 år	Tilbakespill/feltarbeid/dødballer	Igangsetting (1A)/kommunikasjon	Lederevner	1vs1 og gjennomspill/distribusjon	Bearbeidingsfasen	Vinnerskalle
17-19 år	Forflytning	Samarbeid med forsvaret	"Keepertypen"	Feltarbeid	Igangsetting (1A)/kommunikasjon	"Keepertypen"
20 -	Utviklingsmål for enkeltspilleren	Valg og risikovurdering	Treningsmentalitet	Utviklingsmål for enkeltspilleren	1A	Treningsmentalitet
Måned og uke	Juli			August		
	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>
13-14 år	Utgangstilling/grep/fallteknikk	Plassering	Lederevner	Ball i fot/igangsettinger	Spillforståelse	Vinnerskalle
15-16 år	Fallteknikk/forflytning	Plassering/spillforståelse	Konsentrasjon	Tilbakespill/feltarbeid/dødballer	Igangsetting (1A)/kommunikasjon	Mental trening
17-19 år	1vs1 og gjennomspill	Plassering/spillforståelse	"Keepertypen"	Distribusjon	Samarbeid med forsvaret	"Keepertypen"
20 -	Utviklingsmål for enkeltspilleren	Valg og risikovurdering	Treningsmentalitet	Utviklingsmål for enkeltspilleren	1A	Treningsmentalitet
Måned og uke	September			Oktober		
	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>
13-14 år	Distribusjon/1vs1 og gjennomspill	Kommunikasjon	Konsentrasjon	Utgangstilling/grep/fallteknikk	Plassering	Lederevner
15-16 år	1vs1 og gjennomspill/distribusjon	Bearbeidingsfasen	Lederevner	Fallteknikk/forflytning	Plassering/spillforståelse	Vinnerskalle
17-19 år	Forflytning	Igangsetting (1A)/kommunikasjon	"Keepertypen"	Feltarbeid	Plassering/spillforståelse	"Keepertypen"
20 -	Utviklingsmål for enkeltspilleren	Valg og risikovurdering	Treningsmentalitet	Utviklingsmål for enkeltspilleren	1A	Treningsmentalitet
Måned og uke	November			Desember		
	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>	<u>Teknisk</u>	<u>Taktisk</u>	<u>Sosialt</u>
13-14 år	Ball i fot/igangsettinger	Spillforståelse	Vinnerskalle	Distribusjon/1vs1 og gjennomspill	Kommunikasjon	Konsentrasjon
15-16 år	Tilbakespill/feltarbeid/dødballer	Igangsetting (1A)/kommunikasjon	Konsentrasjon	1vs1 og gjennomspill/distribusjon	Bearbeidingsfasen	Mental trening
17-19 år	1vs1 og gjennomspill	Samarbeid med forsvaret	"Keepertypen"	Distribusjon	Igangsetting (1A)/kommunikasjon	"Keepertypen"
20 -	Utviklingsmål for enkeltspilleren	Valg og risikovurdering	Treningsmentalitet	Utviklingsmål for enkeltspilleren	1A	Treningsmentalitet