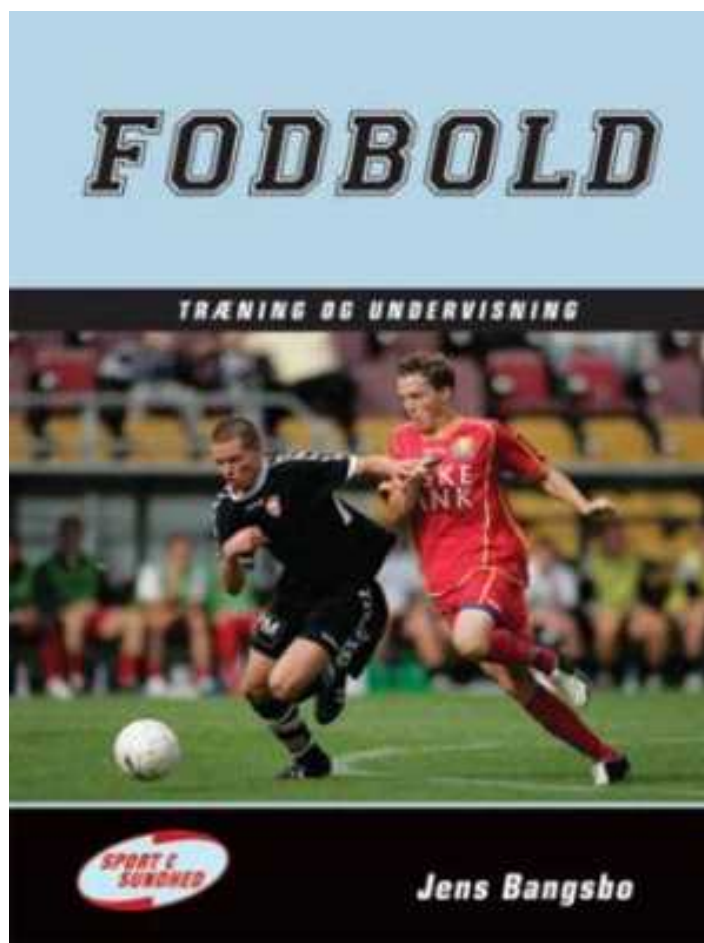


Søgeord: download Fodbold - træning og undervisning pdf bøg, Fodbold - træning og undervisning mobi, Fodbold - træning og undervisning epub online gratis, Fodbold - træning og undervisning torrent, Fodbold - træning og undervisning læses online, digitaliseret Fodbold - træning og undervisning pdf

---

## Fodbold - træning og undervisning PDF

Jens Bangsbo



*Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.*



Forfatter: Jens Bangsbo  
ISBN-10: 9788778874757  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 1131 KB

## BESKRIVELSE

Fodbold - træning og undervisning er bogen til alle, der træner og underviser børn, unge og voksne i fodbold. Den er skrevet og illustreret med figurer, instruktion og billeder, som gør det let at omsætte teorierne til praksis. Der er masser af øvelser og eksempler, foruden et komplet undervisningsforløb med detaljerede lektioner. Jens Bangsbo anses som den mest kompetente på feltet både nationalt og internationalt. Alle med interesse for fodbold kan få stor glæde af bogen – ikke mindst de aktive. Bogen indeholder:

- Taktiske aspekter
- Spilsystemer, spillestil, angrebsspil, forsvarsspil og dødboldsituationer
- Tekniske aspekter
- Spark, driblinger, tæmninger, headning, finter og tacklinger
- Fysiske aspekter
- Fysiske krav og fysisk træning
- Psykologiske og sociale aspekter i fodbold
- Kommunikation, motivation og teambuilding
- Eksempel på et Undervisningsforløb

Jens Bangsbo er professor ved Institut for Idræt, Københavns Universitet. Han har spillet mere end 350 kampe i den bedste danske liga og har været på danske landshold både som ungdoms- og seniorspiller. Han har skrevet mere end 200 videnskabelige artikler og en række bøger om fodboldtræning, som er oversat til adskillige sprog. Han er FIFA- og UEFA-instruktør og fysisk rådgiver for det danske landshold. Mellem 2001 og 2004 var han assistenttræner for Juventus FC, som i samme periode vandt to italienske mesterskaber og var i Champions League-finalen 2003. Med sin praktiske og ikke mindst teoretiske indgang til fodbold kaldes Jens Bangsbo med rette fodboldprofessoren.

**HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

Buy Jens Bangsbo Fodbold - træning og undervisning (Indbundet) for 13.00 EUR! Delivery in one week, with secure payment. Huge selection of football and sports ...

Målet med denne cd-rom-udgivelse er at skabe træning og undervisning med mange boldberøringer, når der arbejdes med fodbold. Materialet er primært til ...

Træning og undervisning. Pris 249,00 kr. Klik på billedet for at se et større billede. ... Bogen til alle, der spiller, træner og underviser i fodbold.

## **FODBOLD - TRÆNING OG UNDERVISNING**

[Læs mere ...](#)