



Pro Roller Hockey League e.V. - Postfach 13 40 - 67203 Frankenthal

An alle Teilnehmer:innen



### **Geschäftsstelle**

Pro Roller Hockey League e.V.

Postfach 13 40  
67203 Frankenthal

Mobil:  
+ 49 (0) 179 692 18 07  
+ 49 (0) 163 0815 313

Mail:  
info@prhl.de

Frankenthal, 23.11.2021

---

## **Ablaufplan PRHL Goalie Camp 2021**

### **Samstag**

10:00 - 10:30 Uhr

Begrüßung

Vorstellung des PRHL Goalie Camps 2021

11:00 - 12:30 Uhr

Trainingseinheit Vorbereitungen /Warmup / Übungen  
Scheibenführung Passspiel / Seil-Butterfly

13:00 – 14:00 Uhr

Mittagspause

14:30 – 16:00 Uhr

Trainingseinheit 2 Gruppen

1-0, 1-0 aus den Ecken

Schlagschüsse ohne Sicht, Rebound-Kontrolle

16:15 – 17:00 Uhr

Diskussionen Fragen Torhüter-Spielweise

Defensiv-Verhalten etc.

17:15 - 18:30 Uhr

Trainingseinheit mit getauschten Gruppen.

19:15 Uhr

Abendessen



## Sonntag

10:00 – 11:30 Uhr

Trainingseinheit

Warmup Stellungsspiel Scheibenführung mitspielen  
Butterfly -Seil Schlagschüsse abfälschen ohne Sicht etc.

12:00 – 13:00 Uhr

Mittagspause

13:30 – 15:00 Uhr

Trainingseinheit

Spiel TW vs. TW (Scheibenführung)

Direktschüsse -1-0 2-0 2-1 3-1

16:00 Uhr

Talk, Feedback, Auswertung

Feierabend



## Geschäftsstelle

Pro Roller Hockey League e.V.

Postfach 13 40  
67203 Frankenthal

Mobil:  
+ 49 (0) 179 692 18 07  
+ 49 (0) 163 0815 313

Mail:  
info@prhl.de

Frankenthal, 23.11.2021