

SÄSONGPLANERING 2023

Åldersgrupp: _____



JANUARI	FEBRUARI	MARS
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4

APRIL	MAJ	JUNI
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4

JULI	AUGUSTI	SEPTEMBER
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4

OKTOBER	NOVEMBER	DECEMBER
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4

TRÄNINGSUPPLÄGG (EXEMPEL)

LEK/UPPV./TEMA	MOMENT 1 & 2	SPEL (TEMA)
30 MIN	30 MIN ALT. 2 X 15 MIN	30 MIN