

ROLAND REICHEL | FC INGOLSTADT

KOMPAKTE ABWEHRKETTEN KNACKEN

FUSSBALLÜBUNGEN UND ANGRIFFTAKTIKEN GEGEN TIEF STEHENDE GEGNER

INHALTSVERZEICHNIS

KAPITEL	NAME	TIMECODE (STD:MIN:SEK)
1	Einleitung	00:00:00
2	Theorie	00:02:54
3	Praxis	00:52:39
4	Technisch Taktischer Rundlauf (TTR)	01:28:57
5	Technisch Taktische Übungen (TTÜ)	01:37:59