



T.C.
MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ

UZMANLIK DALI ANTRENÖRLÜK UYGULAMALARI

.....**GÜNLÜK PLANI**

Konu: **Amaç:**
Yaş Gurubu: **Süre:**
Tarih: **Yer:**
Kullanılan Malzemeler: **Antrenör:**
Sorumlu Öğretim Elamanı:

GİRİŞ BÖLÜMÜ (ISINMA) 10 DAKİKA	
ANA BÖLÜM 40 DAKİKA	
BİTİRİŞ BÖLÜMÜ (SOĞUMA) 10 DAKİKA	