

Akademia Piłkarska Online – Trening bramkarski 11-15.05.2020

Zawodnik trenuje z opiekunem lub rodzeństwem. Do wykonania potrzebne są dwie piłki.

Ćwiczenia

<https://www.youtube.com/watch?v=Aqxxdc-HQig&feature=youtu.be>

Z materiałów mogą korzystać Opiekunowie mający zawartą i aktywną umowę z Akademią. Prosimy o nieudostępnianie materiałów Akademii Piłkarskiej Online osobom postronnym lub w mediach społecznościowych. Są one objęte prawem autorskim i podlegają ochronie na mocy „Ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych” z dnia 4 lutego 1994 r. (tekst ujednolicony: Dz.U. 2006 nr 90 poz. 631). Kopiowanie, przetwarzanie, rozpowszechnianie tych materiałów w całości lub w części bez zgody autora jest zabronione.