

STATISTIK TRÄNINGSKVANTITET



Namn

Dan Stenqvist

Period

2001-04-01**- 2001-08-01**

Antal veckor

17,4

TYP AV AKTIVITET

Fysik

Antal träningstimmar för aktuell aktivitet **63**

	TID	%		TID	%		TID	%
Teknikträning	1,90	3	Spelträning	0,63	1	Spelförståelse	4,53	7
Konditionsträning	0,37	1	Spelmoment	0,10	0	Funktionell		0
Styrketräning	0,05	0	Fotbollssnabbhe	0,20	0	Egenträning	54,83	88

Antal timmar per vecka under perioden **3,6**

TYP AV AKTIVITET

Ledig dag

Antal träningstimmar för aktuell aktivitet **0**

	TID	%		TID	%		TID	%
Teknikträning		?	Spelträning		?	Spelförståelse		?
Konditionsträning		?	Spelmoment		?	Funktionell		?
Styrketräning		?	Fotbollssnabbhe		?	Egenträning		?

Antal timmar per vecka under perioden **0,0**

TYP AV AKTIVITET

Match

Antal träningstimmar för aktuell aktivitet **50**

	TID	%		TID	%		TID	%
Teknikträning	1,83	4	Spelträning	44,40	88	Spelförståelse	0,97	2
Konditionsträning		0	Spelmoment		0	Funktionell		0
Styrketräning		0	Fotbollssnabbhe	3,25	6	Egenträning		0

Antal timmar per vecka under perioden **2,9**

TYP AV AKTIVITET

Sparring

Antal träningstimmar för aktuell aktivitet **146**

	TID	%		TID	%		TID	%
Teknikträning	67,90	46	Spelträning	51,13	35	Spelförståelse	2,87	2
Konditionsträning	7,43	5	Spelmoment	4,13	3	Funktionell		0
Styrketräning	6,73	5	Fotbollssnabbhe	5,17	4	Egenträning	1,08	1

Antal timmar per vecka under perioden **8,4**

TYP AV AKTIVITET**Teknik**Antal träningstimmar för aktuell aktivitet **53**

	TID	%		TID	%		TID	%
Teknikträning	28,22	53	Spelträning	0,23	0	Spelförståelse	1,37	3
Konditionsträning	9,52	18	Spelmoment	4,00	8	Funktionell	0,25	0
Styrketräning	6,47	12	Fotbollssnabbhe	2,32	4	Egenträning	0,67	1

Antal timmar per vecka under perioden **3,0****STATISTIK**Antal träningstimmar under perioden **313**

	TID	%		TID	%		TID	%
Teknikträning	99,85	32	Spelträning	96,40	31	Spelförståelse	9,73	3
Konditionsträning	17,32	6	Spelmoment	8,23	3	Funktionell	0,25	0
Styrketräning	13,25	4	Fotbollssnabbhe	10,93	3	Egenträning	56,58	18

Antal timmar per vecka under perioden **17,9**