



# Zemgale U14 (2009)

Nr.	VĀRDS	UZVĀRDS	DZIM. DAT.	KLUBS
1	Henriks	Ivanovs	07.05.2009	FS Jelgava
2	Arsenijs	Kolosovs	20.06.2009	AFA Olaine
3	Jānis	Rumba	14.02.2009	AFA Olaine
4	Dominiks Dāvis	Druviņš	12.01.2009	AFA Olaine
5	Alans	Stepanovs	28.09.2009	AFA Olaine
6	Kirils	Stasjonoks	11.02.2009	AFA Olaine
7	Mikus	Zēģele	01.06.2009	Mārupes SC
8	Kārlis	Rudzītis	05.08.2009	FK AUDA
9	Ernests	Korde	04.03.2009	FK AUDA
10	Dāvis	Dauburs	18.04.2009	FK AUDA
11	Daniils	Barabanovs	08.03.2009	Jūrmalas FS
12	Kristers	Jaunītis	27.01.2009	Jūrmalas FS
13	Mikus Mārtiņš	Rozītis	08.01.2009	Jūrmalas FS
14	Marks	Šveds	21.10.2009	Jūrmalas FS
15	Alekss	Vanags	04.02.2009	FK Tukums2000/TSS
16	Valters	Amsils	20.07.2009	JFC Dobeles / FS Liepāja

<b>Galvenais treneris:</b>	Kārlis Vītoliņš
<b>Treneris asistents:</b>	Vjačeslavs Sergejevs







Ceturdiena	Piektdiena	Sestdiena	Svētdiena
	8:00 Rītarosme 8:30 BROKASTIS <b>Sapulce</b> (Treniņa saturs)	<b>7:15 Rīta (TRENIŅŠ)</b> 8:45 BROKASTIS <b>Sapulce</b> (Treniņa saturs)	8:15 Rīta rosme 8:45 BROKASTIS <b>Sapulce</b> (Analīze & Spēles plāns)
	10:00 Treniņš #2	FREE	11:15 ZEMGALE - VIDZEME
12:30 Ierašanās Ozolniekos	13:00 Pusdienas	12:15 PUSDIENAS <b>Sapulce</b> (Spēles plāns)	12:30 PUSDIENAS <b>Sapulce</b> (Spēles plāns)
13:00 Treniņš #1 <i>(Traumu profilakse, spēles modelis, standartsituācijas)</i>	16:00 <b>Sapulce</b> (Treniņa saturs)	15:00 ZEMGALE – RĪGA	15:00 ZEMGALE - KURZEME
15:00 Izbraukšana	16:00 TRENIŅŠ #3	<b>Sapulce</b> (Spēles plāns)	16:45 Apbalvošana/Vakariņas
		17:30 ZEMGALE - LATGALE	Izbraukšana
18:00 Ierašanās Staicelē 19:00 VAKARIŅAS	18:30 VAKARIŅAS	19:00 VAKARIŅAS	
<b>21:00 Sapulce</b> (Zemgales Filozofija, Spēles modelis)	<b>20:30 Sapulce</b> 21:00 AZAIDS	<b>20:30 Sapulce</b> (Pašsajūta, atgriezeniskā saite) 21:30 AZAIDS	
22:30 Istabās / 23:00 NAKTSMIERS	22:30 Istabās / 23:00 NAKTSMIERS	22:30 Istabās / 23:00 NAKTSMIERS	# IZAUGSME # ATBILDĪBA