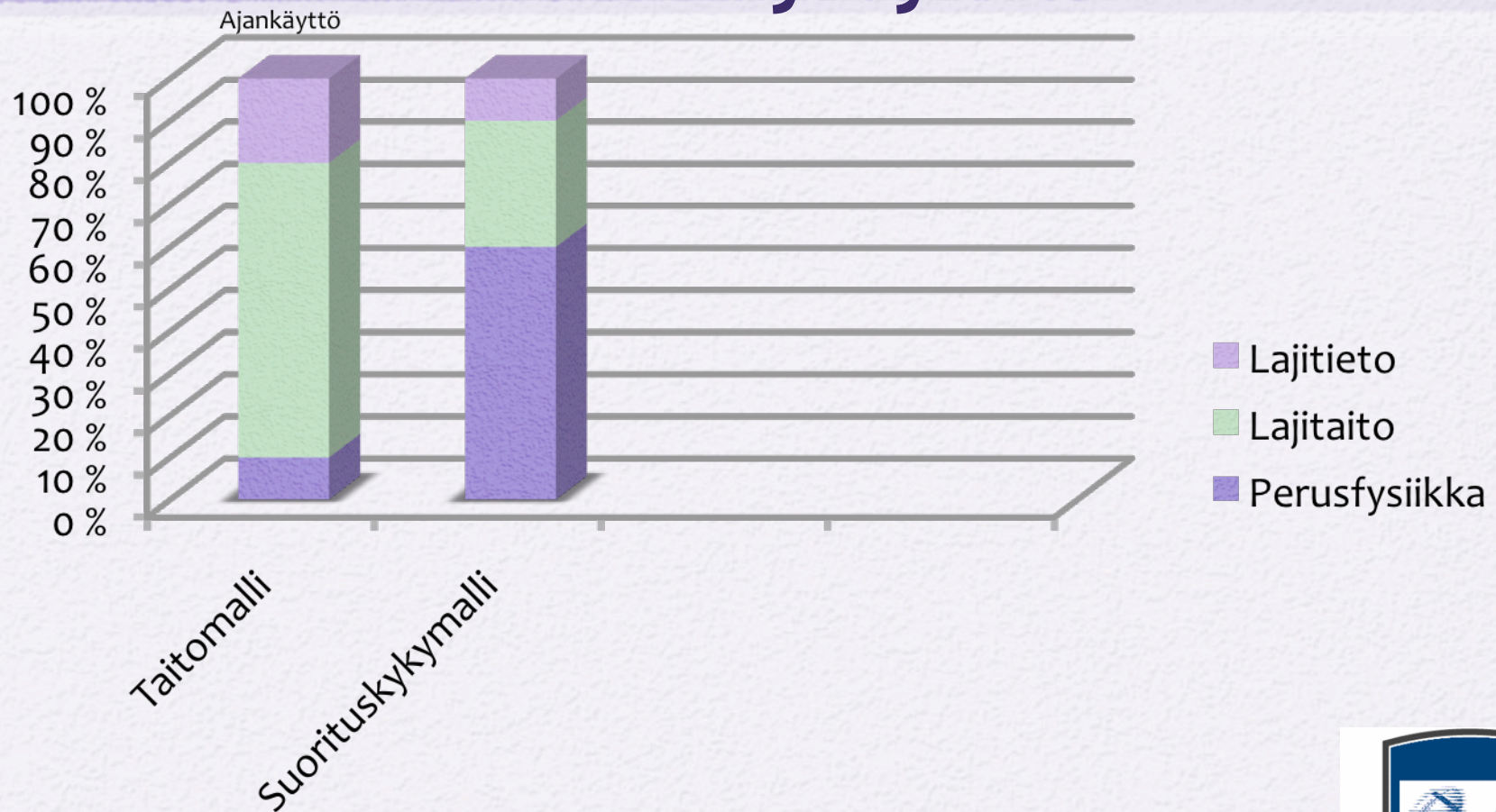


Taito- vs suorituskykymalli



Suorituskykymalli

Fysiikka



Suorituskykymalli

Taito

Fysiikka



Suorituskykymalli

Tieto

Taito

Fysiikka



Futarin Pyramidi

Voima, nopeus, ketteruus, liikkuvuus, kestävyys
Vammojen ehkäisy, hyvä ravinto, henkinen
vahvuus



Futarin Pyramidi

Lajin taidot + tekniikka

Voima, nopeus, ketteruus, liikkuvuus, kestävyys
Vammojen ehkäisy, hyvä ravinto, henkinen
vahvuus



Futarin Pyramidi

Pelin taktiikka &
strategia

Lajin taidot + tekniikka

Voima, nopeus, ketteruus, liikkuvuus, kestävyys
Vammojen ehkäisy, hyvä ravinto, henkinen
vahvuus



Futarin Pyramidi

Henkinen
harjoittelu

Pelin taktiikka &
strategia

Lajin taidot + tekniikka

Voima, nopeus, ketteruus, liikkuvuus, kestävyys
Vammojen ehkäisy, hyvä ravinto, henkinen
vahvuus

