

Tema: Gennembrud - driblinger og finter



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg 1-2)	Antal	Ansv.
1	15	 <p><u>Driblekant</u></p>	Arbejde med begge ben Temposkift Kvalitet i driblinger og finter	8-12	
2	20	 <p><u>1v1 med 2 bolde</u></p>	Arbejde med begge ben Temposkift Forsvarer skal sprinte i pres	8-10	
3	20	 <p><u>Horst Wein 3v3</u></p>	Arbejde med begge ben Temposkift Bolden må kun dribles fremad	6-12	
4	20	 <p><u>5v5</u></p>	Arbejde med begge ben Temposkift Drible for at skabe overtal	8-12	