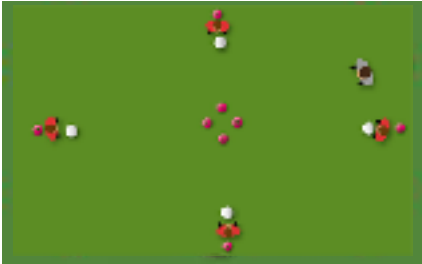

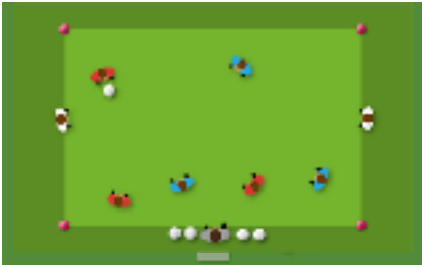



TOP-center:

Tema: Driblinger/finter - Find den frie mand - Højt pres

Øvelse	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg 2-3)	Antal
1	15	 <p>Boca Juniors</p>	Finter, driblinger og cuts Arbejde med begge ben	12-16
2	20	 <p>2v2/3v3 (På ekstra bold spilles der 3v3)</p>	Forberedelse før boldmodtagelse Spille eller dribble Bevægelse for boldholder Højt pres fra forsvarere	8-12
3	20	 <p>3v3+2 (U12 flydende bander)</p>	Forberedelse før boldmodtagelse Spille eller dribble Bevægelse for boldholder Genpres "Find den frie mand"	6-10 (2-3 grupper)
4	20	 <p>5v5/6v6/7v7 - fast angriber</p>	Forberedelse før boldmodtagelse Spille eller dribble Bevægelse for boldholder Højt pres fra forsvarere Genpres "Find den frie mand"	10-14