

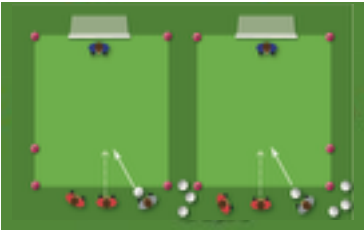
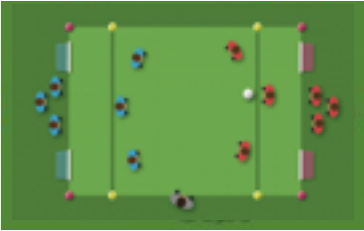
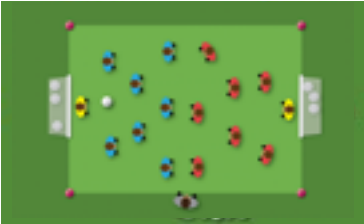


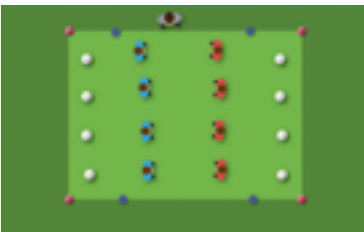
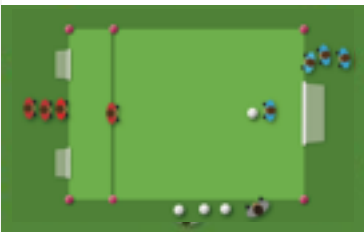


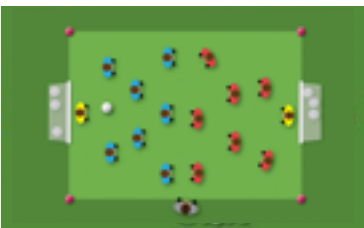
U6-U7 Program 4A



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg 1-2)	Antal	Ansv.
1	12	 Bolde på stribe	Bolden tæt på fødderne Drible i høj fart	8-16	
2	12	 1v1 med 4 omvendte mål	Retningsskift Temposkift	6-8	
3	12	 Afslutninger - medløb	Lodret vristspark Timing i tilløb	6-8	
4	12	 Horst Wein 3v3	Boldkontrol	6-12	
5	15	 Kampform			

U6-U7 Program 4B



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (1-2)	Antal	Ansv.
1	12	 Stjæle bolde	Boldkontrol	8-12	
2	12	 1v1 med omstilling	Retningsskift Boldkontrol	6-8	
3	12	 Afslutninger - sidevendt	Afslutning med lodret vristspark Timing i tilløb	6-8	
4	12	 2v2 med 3 mål	Boldkontrol Retningsskift Temposkift	8-12	
5	15	 Kampform			