





# Tema: Spille eller drible - driblinger og finter



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg 1-2)	Antal	Ansv.
1	15	 <p><b><u>Boca Juniors</u></b></p>	Finter, cuts og vendinger med begge ben	8-12	
2	20	 <p><b><u>1v1</u></b> (lad både angriberen og forsvaren starte på forskellige positioner)</p>	Finter, cuts og vendinger med begge ben Temposkift forbi forsvarer Forsvarer skal sprinte i pres Omstilling ved boldtab	6-8	
3	20	 <p><b><u>2v2 - centrum</u></b></p>	Bevægelse for boldholder Trække presset væk fra boldholder Spille eller drible? Omstilling ved boldtab	8-12	
4	20	 <p><b><u>Horst Wein 3v3</u></b></p>	Skabe overtal ved at drible forbi forsvarer Spille eller drible? Omstilling ved boldtab	6-12	