

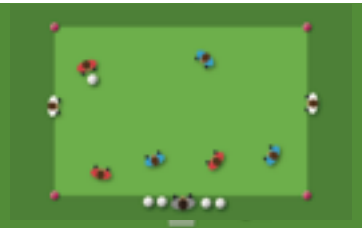



Tema: Spille eller drible - vendinger



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg 1-2)	Antal	Ansv.
1	15		<u>Agility</u>	Forskellige bevægelser med/ uden bold - forlæns/baglæns/ sidelæns	6-12
2	20		<u>2v2 fejlvendt</u>	Orientering inden boldmodtagelse Bevægelse for boldholder Forsvarsspillere skal sprinte i pres	8-12
3	20		<u>3v3+2</u>	Orientering inden boldmodtagelse Bevægelse for boldholder Vende spillet	6-12
4	20		<u>Horst Wein 4v4/5v5</u>	Valg: Spille eller drible	8-12