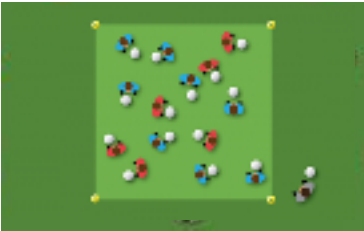


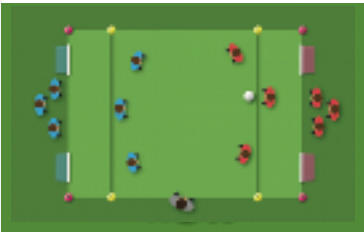



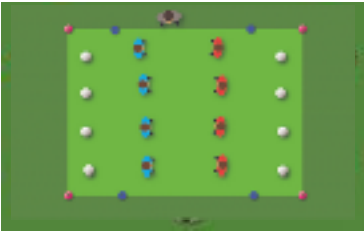
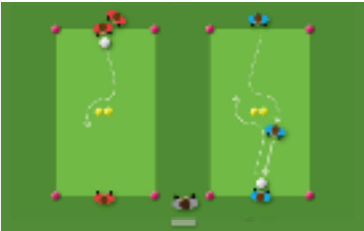

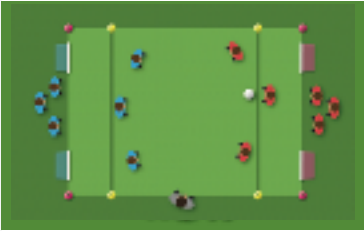

# U6-U7 Program 2A



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (1-2)	Antal	Ansv.
1	12	 <b>Boldkaos</b>	Bolden tæt på fødderne Drible med begge ben Jonglere	6-8	
2	12	 <b>Boca Juniors</b>	Bolden tæt på fødderne Drible med begge ben Vende med inderside, yderside og fodsål	8-12	
3	12	 <b>1v1 med forskudte mål</b>	Retningskift Kropsfinter Temposkift forbi modstander Omstilling ved boldtab	6-8	
4	12	 <b>Horst Wein 2v2</b>	Bolden tæt på fødderne Retningskift Temposkift forbi modstander Omstilling ved boldtab	8-12	
5	12	 <b>Kamp</b>			

# U6-U7 Program 2B



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (1-2)	Antal	Ansv.
1	12	 <b><u>Stjæle bolde</u></b>	Bolden tæt på fødderne Drible i høj fart	8-12	
2	12	 <b><u>Driblekant</u></b>	Bolden tæt på fødderne Drible med begge ben	6-8	
3	12	 <b><u>1v1 med 2 keglemål</u></b>	Bolden tæt på fødderne Retningsskift Temposkift forbi modstander Forsvarer skal sprinte i pres	6-8	
4	12	 <b><u>Horst Wein 3v3</u></b>	Bolden tæt på fødderne Retningsskift Temposkift forbi modstander Forsvarere skal sprinte i pres Omstilling ved boldtab	8-12	
5	12	 <b>Kamp</b>			