

TOP-center:

Tema: Afslutninger - Spil dybt på løb mod mål - Genpres/sikring

Øvelse	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg 2-3)	Antal
1	15	 <p>Afslutninger (Obs på at alle spillere er varme)</p>	Afslutninger på 1. og 2. berøring Afslutninger med- og modløsbold	6-12
2	20	 <p>Grøftespil (spil med 2-3 jokere)</p>	Afslutninger Spil dybt på retvendte løb Genpres ved boldtab	8-12
3	20	 <p>HW 4v4 (kun scoring ved dybdeløb i scoringszone)</p>	Spil dybt på løb mod mål Spil dybt på 1. bevægelse Spil dybt på løb fra kanter Genpres ved boldtab	8-12
4	20	 <p>6v6/7v7/8v8</p>	Afslutninger Spil dybt på løb mod mål Spil dybt på 1. bevægelse Spil dybt på løb fra kanter Genpres ved boldtab	12-16