

U6/7 Program 5



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 Teknikbokse http://soccerskills.dk/oevelse?id=105		12-24	
2	15	 Frugtsalat http://soccerskills.dk/oevelse?id=102		8 (4-12)	
3	15	 Halefanger med bolde http://soccerskills.dk/oevelse?id=104		8 (4-12)	
4	15	 Lodret vrist http://soccerskills.dk/oevelse?id=43		8 (4-12)	

U6/7 Program 6



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 <p>Zig-zag bane http://soccerskills.dk/oevelse?id=20</p>		12-24	
2	15	 <p>Frugtsalat http://soccerskills.dk/oevelse?id=102</p>		8 (4-12)	
3	15	 <p>2v1 http://soccerskills.dk/oevelse?id=16</p>		8 (4-12)	
4	15	 <p>Lodret vrist http://soccerskills.dk/oevelse?id=43</p>		8 (4-12)	