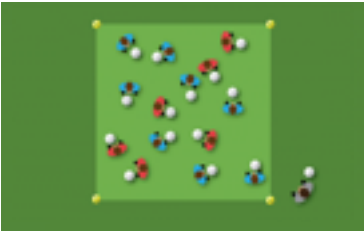


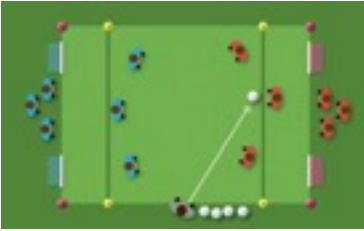



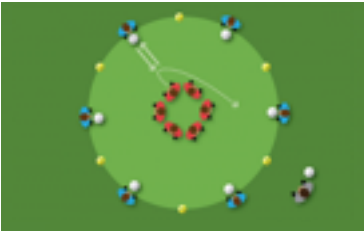




U8-U9 Program 2A



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 <p>Boldkaos http://soccerskills.dk/oevelse?id=13</p>	Drible med begge ben	8-24	
2	15	 <p>Pardans http://soccerskills.dk/oevelse?id=86</p>	Bruge begge ben Finde rytmen med makkeren	8 (4-16)	
3	15	 <p>1v1 med afslutninger http://fckskills.dk/oevelse?id=35</p>	Afslutning med lodret vrist	8 (4-12)	
4	15	 <p>Horst Wein soccerskills.dk/oevelse?id=33</p>	Drible med begge ben	12 (6-16)	
5	15	 <p>Kampform</p>			

U8-U9 Program 2B



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 <p>Cirkelopvarmning http://fckskills.dk/oevelse?id=12</p>	Indersidepasninger Bruge begge ben	12-24	
2	15	 <p>Frugtsalat http://fckskills.dk/oevelse?id=102</p>	Drible med begge ben Orientering	8 (4-12)	
3	15	 <p>1v1 med afslutninger http://fckskills.dk/oevelse?id=35</p>	Afslutning med lodret vrist	8 (4-12)	
4	15	 <p>Horst Wein soccerskills.dk/oevelse?id=33</p>	Drible med begge ben Orientering	8 (4-12)	
5	15	 <p>Kampform</p>			