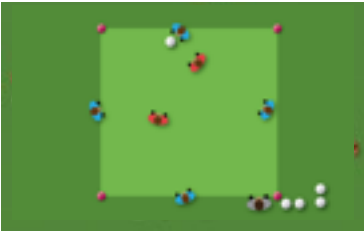
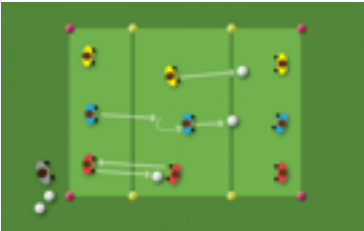
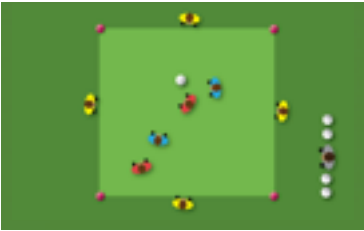
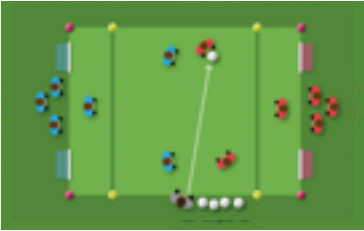



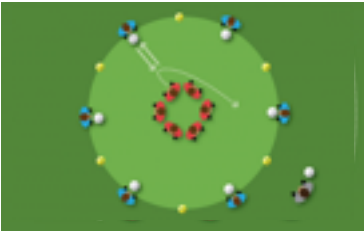
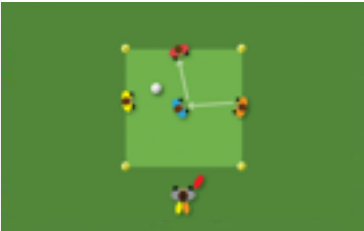
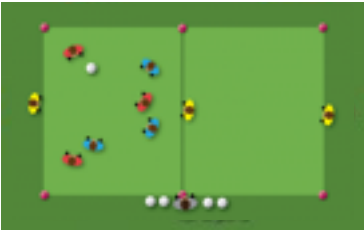


# U10-U11 Program 4A | Tema: Possession



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 <p><b>4v2</b>  <a href="http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=74">http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=74</a></p>	Bruge begge ben Så få berøringer som muligt, så mange som nødvendigt	<b>12-24</b>	
2	15	 <p><b>Farve vendespil</b>  <a href="http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=103">http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=103</a></p>	Kvalitet i indersidepasninger Bruge begge ben	<b>9</b> (6-15)	
3	15	 <p><b>2v2+4</b>  <a href="http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=53">http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=53</a></p>	Gøre sig spilbar for boldholder Bruge begge ben Spille på få berøringer	<b>8</b> (6-10)	
4	15	 <p><b>Horst Wein med støttespiller</b>  <a href="http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=52">http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=52</a></p>	Vende spillet på støttespiller Spille på få berøringer	<b>8</b> (6-10)	
5	15	 <p><b>Kamp</b></p>			

# U10-U11 Program 4B | Tema: Possession



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 <p><b>Cirkelopvarmning</b>  <a href="http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=12">http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=12</a></p>	Kvalitet i indersidepasninger Bruge begge ben	<b>8-24</b>	
2	15	 <p><b>Farveflipperen</b>  <a href="http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=93">http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=93</a></p>	Orientering i forhold til farver Spille på 2. berøring	<b>8</b> (4-10)	
3	15	 <p><b>3v3+3</b>  <a href="http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=54">http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=54</a></p>	Kvalitet i indersidepasninger	<b>9</b> (7-11)	
4	15	 <p><b>5v5</b>  <a href="http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=48">http://www.soccerskills.dk/oevelse?id=48</a></p>	Kvalitet i indersidepasninger Gøre sig spilbar for boldholder	<b>10</b> (8-12)	
5	15	 <p><b>Kamp</b></p>			