

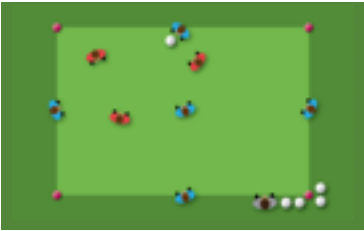








# U12-U13 Program 12A | Tema: Spil på små områder



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 <p><b>Cuts med afslutning</b>  <a href="http://fckskills.dk/oevelse?id=58">http://fckskills.dk/oevelse?id=58</a></p>	Korrekt udførelse af cuts Korrekt udførelse af indersidepasning	6-12	
2	15	 <p><b>3v1 - 3 hold</b>  <a href="http://fckskills.dk/oevelse?id=77">http://fckskills.dk/oevelse?id=77</a></p>	Frigøre bold (skabe plads) til aflevering (evt. bruge cut) Spille væk fra pres	9 (6-12)	
3	15	 <p><b>5v3 (4v2/6v3/7v3)</b>  <a href="http://fckskills.dk/oevelse?id=88">http://fckskills.dk/oevelse?id=88</a></p>	1. berøring væk fra pres Orientering inden boldmodtagelse	8 (6-10)	
4	15	 <p><b>Horst Wein 3v3</b>  <a href="http://fckskills.dk/oevelse?id=33">http://fckskills.dk/oevelse?id=33</a></p>	Spille væk fra pres Orientering inden boldmodtagelse	12 (6-18)	
5	15	 <p><b>Kamp</b></p>			

# U12-U13 Program 12B Tema: Spil på små områder



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 <p><b>Halefanger</b>  <a href="http://fckskills.dk/oevelse?id=104">http://fckskills.dk/oevelse?id=104</a></p>	Orientering efter de andre spillere Hurtige retnings skift	<b>6-16</b>	
2	15	 <p><b>Flipperen</b>  <a href="http://fckskills.dk/oevelse?id=67">http://fckskills.dk/oevelse?id=67</a></p>	1. berøring Bruge begge ben Spille på 2 berøringer	<b>8</b> (4-12)	
3	15	 <p><b>2v2</b>  <a href="http://fckskills.dk/oevelse?id=30">http://fckskills.dk/oevelse?id=30</a></p>	Skabe 1v1 Orientering efter pres	<b>8</b> (4-16)	
4	15	 <p><b>6v3</b>  <a href="http://fckskills.dk/oevelse?id=63">http://fckskills.dk/oevelse?id=63</a></p>	1. berøring væk fra pres Orientering inden boldmodtagelse	<b>9</b> (6-12)	
5	15	 <p><b>Kamp</b></p>			