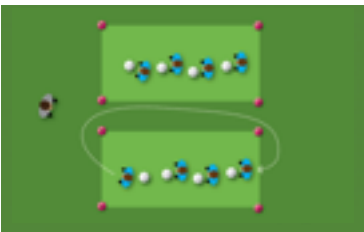






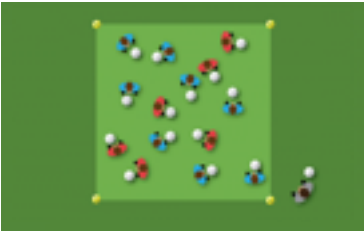


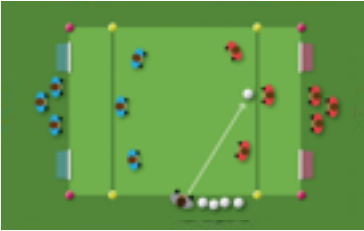
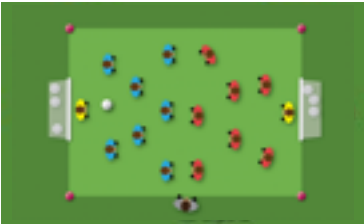
U6-U7 Program 5A



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15		<u>4 på stribe</u>	Boldkontrol Bolden tæt på fødderne	8-24
2	15		Agility	Koordination Motorik	8 (4-16)
3	15		<u>1v1 - til siden</u>	Retningsskift Bolden tæt på fødderne	8 (6-16)
4	15		<u>2v2 - retvendt</u>	Spille eller drible?	8 (4-12)
5	15		Kampform		

U6-U7 Program 5B



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	15	 <p><u>Halefanger</u></p>	Koordination Retningskift	12-24	
2	15	 <p><u>1v1 - omvendte mål</u></p>	Retningskift Drible med begge ben/begge veje Bolden tæt på fødderne	8 (4-12)	
3	15	 <p><u>2v2 - fejlvendt</u></p>	Retningskift Drible med begge ben/begge veje Bolden tæt på fødderne	8 (4-12)	
4	15	 <p><u>Horst Wein 2v2</u></p>	Drible med begge ben/begge veje Bolden tæt på fødderne Spille eller drible?	8 (4-12)	
5	15	 <p>Kampform</p>			