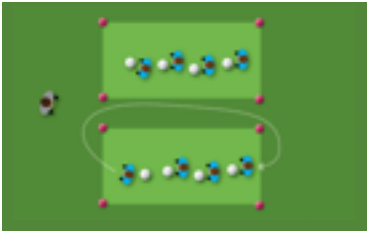









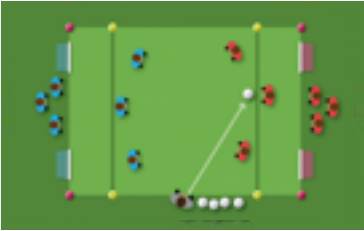
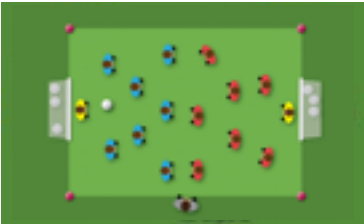
U6-U7 Program 5A



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	12	 <p>4 på striben</p>	Boldkontrol	8-16	
2	12	 <p>Teknik og agility</p>	Koordination Motorik	8 (4-12)	
3	12	 <p>1v1 - til siden</p>	Retningsskift Bolden tæt på fødderne	8 (4-16) (ved mere end 8 spillere - 2 baner)	
4	12	 <p>2v2 - retvendt</p>	Spille eller drible?	8 (4-12)	
5	20	 <p>Kampform</p>			

U6-U7 Program 5B



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (vælg et max to)	Antal	Ansv.
1	12	 <p>Jagt (2 baner)</p>	Boldkontrol Retningsskift	8-12	
2	12	 <p><u>1v1 - omvendte mål</u></p>	Retningsskift Drible med begge ben/begge veje	8 (4-12)	
3	12	 <p><u>2v2 - fejlvendt</u></p>	Retningsskift Drible med begge ben/begge veje	8 (8-12)	
4	12	 <p><u>Horst Wein 2v2</u></p>	Drible med begge ben/begge veje Spille eller drible?	8 (4-12)	
5	20	 <p>Kampform</p>			