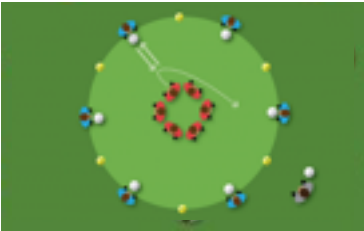











# U6-U7 Program 3A



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (1-2)	Antal	Ansv.
1	12	 <p><b>Cirklen</b></p>	Vende med bolden på så få berøringer. Efter vending dribles til ny medspiller	<b>8-16</b>	
2	12	 <p><b>1v1 uden bold</b></p>	Retningsskift Kropsfinter	<b>8</b> (4-10)	
3	12	 <p><b>Afslutninger</b> (Brug træner som bande)</p>	Afslut med lodret vrist	<b>8</b> (4-12)	
4	12	 <p><b>Horst Wein 3v3</b> (Uden scoringszoner)</p>	Drible eller aflevere?	<b>12</b> (6-16)	
5	15	 <p><b>Kamp</b></p>			

# U6-U7 Program 3B



Station	Tid	Øvelse	Fokuspunkt (1-2)	Antal	Ansv.
1	12	 <p><b>Bolde på stribe</b></p>	Boldkontrol Drible med begge ben	<b>8-16</b>	
2	12	 <p><b>Footwork med afslutning</b></p>	Afslut med lodret vrist Brug begge ben	<b>8</b> (6-10)	
3	12	 <p><b>2v1</b></p>	Boldkontrol Drible eller aflevere?	<b>9</b> (6-12)	
4	12	 <p><b>2v2</b></p>	Boldkontrol Drible eller aflevere?	<b>8</b> (6-10)	
5	15	 <p><b>Kamp</b></p>			