**TRÄNING PUCKFÖRING AVSLUT TEAM-06**

**Tid:** 50 min

**Uppvärmning:** 10 minuter (HT om ej annat bestämts. Övriga tar fram mål,koner och puckar.

**Tid för övning**: 20 minuter

**Småspel:** 20 minuter

Övning passar när vi inte är för många, ca 15-20 st på isen.

**Fokusområden detta pass:**

* Avslut (Förklara tävlingsmomentet, det gäller även på träning. Räkna mål.)
* Upp med blicken (När spelarna driver puck mana på ”upp med blicken”
* Skott (Stanna övningen vid behov och visa tekniken för dragskott)
* RETURER!!!!! (I alla våra övningar gäller, efter skott driv på mål och ta retur eller få till en blockering)

Övning startar vid respektive blålinje, starta med puck, åk in i skott sektor och ta ett skott. Framlänges ned till kona vid förlängda mållinjen – korrekt vändning till baklänges (var observant att de vänder åt rätt håll, rumpan över kona) Baklänges upp och runt kona – vändning till framlänges – pass från tränare – avslut/returtagning – hämta puck i hörnet – valla till sig själv (chippa sarg) – puckföring runt koner – avslut på MV i mittzon.

