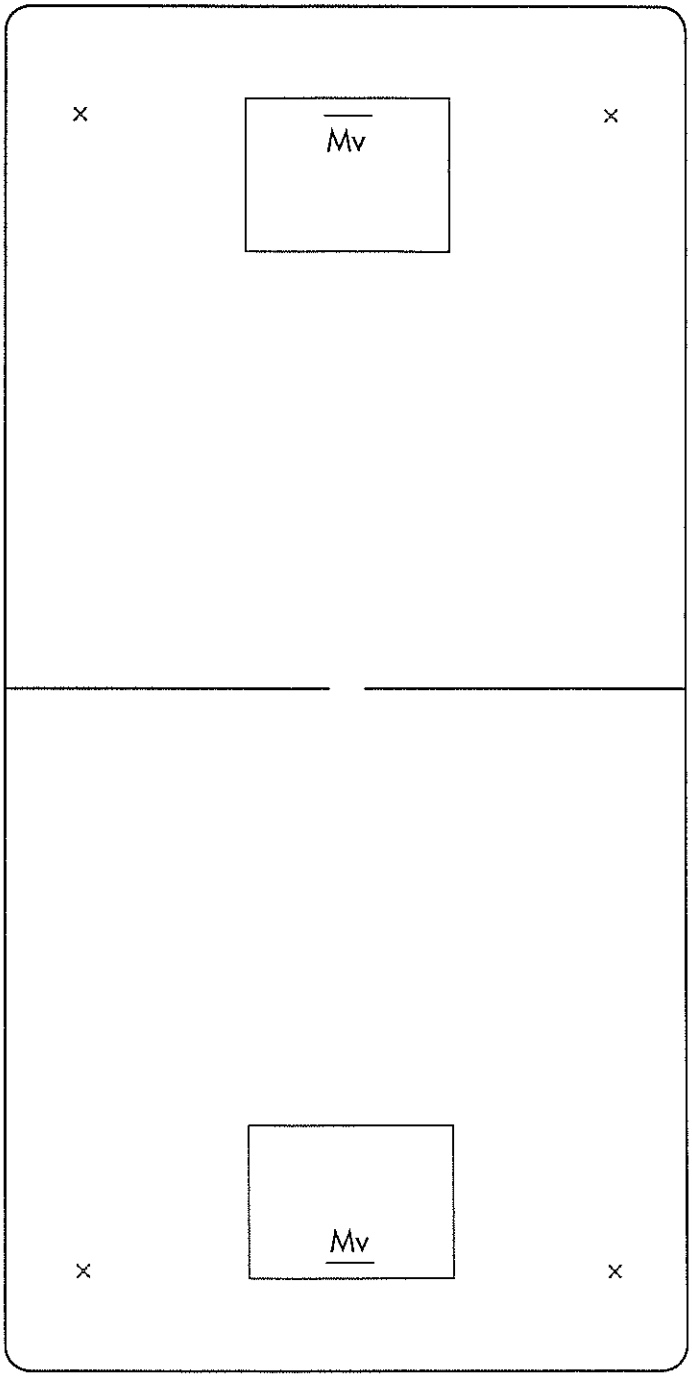
Egna övningsmoment

Anteckningar

Nr:



Övningsnamn:

.....

.....

Ledarens namn:

.....

Datum:

.....

Teckenförklaring

Anfallsspelare	Bänk	Vändning 360° under rörelse framåt
Anfallande backar	Boll	Rörelse framåt med stopp
Försvarsspelare	Rörelse framåt utan boll	Tempo-växling framåt
A B C Spelarled	Rörelse framåt med boll	Passning
L Ledare	Rörelse bakåt utan boll	Lyftpassning
Kon	Rörelse bakåt med boll	Skott

BERGMAN & CO MEDIA • 019/26 18 50

© Svenska Innebandyförbundet