# Träningsplanering 20150216 D-pojkar

Jonas, Erik

## Uppvärmning 10 minuter

Vän med bollen

## Stafett 10 min

Slalom mellan konor

 Framlänges

 Baklänges

 Studsa

## Målvaktsträning

Vanliga skott - konor

## Kontringar - från två sidor

## Spel