**Vecka 3**

v

v

v

v

v

v

v

v

**Slalombanan fram och tillbaka**

**Dela upp grabbarna i 2 led.**

**Släpp iväg förste grabb I båda**

**Leden som dribblar genom**

**slalombanan.**

**Stanna kvar sedan**

**lika fast tillbaka.**

**Driv och skjut!**

**Dela upp grabbarna I 2 led,**

**förste grabb driver bollen**

**mellan konerna och efter**

**sista konparet så skjuter**

**man mot mål sedan sist i**

**andra ledet**

**Denna övning är densamma**

**Varje vecka**

**Dela gruppen i 2,**

**Ställ alla mot varandra**

**Passa två och två.**

**Utöka avstånd efter förmåga**