DATUM/VECKA:…………..

TRÄNARE: …………………………………………………….. …………………………………………………………

……………………………………………………… …………………………………………………………

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TID** | **AKTIVITET/ÖVNING** | **ANTECKNINGAR** |
| 18:00  18:05 |  |  |
| 18:05  18:10 |  |  |
| 18:10  18:15 |  |  |
| 18:15  18:20 |  |  |
| 18:20  18:25 |  |  |
| 18:25  18:30 |  |  |
| 18:30  18:35 |  |  |
| 18:35  18:40 |  |  |
| 18:40  18:45 |  |  |
| 18:45  18:50 |  |  |
| 18:50  18:55 |  |  |
| 18:55  19:00 |  |  |

UNDVIK KÖER - TRÄNA TEKNIK – MÅNGA BOLLAR – SMÅLAGSSPEL

30% LEKAR + 20% INDIVIDUELL TEKNIK + 20% TEKNIK 2&2 + 30% SMÅLAGSSPEL

(20 MIN) (10 MIN) (10 MIN) (20 MIN)