

9 november

Ingen träning – Matcher i Kalix

16 november – Träning i A-hallen (17:15 till 18:30)

A-HALL

Första 15 minuterna övningar som i B-hallen, jag kör målvaktsträning.

Passningar i trianglar

https://drive.google.com/file/d/1v6e8fzyY_nSJ0qNuJvPuuUsYER5TzbvL/view?usp=drive_link

Passningar växelvis

https://drive.google.com/file/d/17iHCRNSIW7czv5CU5NFMhC0V_mwvf8LI/view?usp=drive_link

Passning och skott från knästående

https://drive.google.com/file/d/1OXEXyNN1dDAJzxMhtKI1x-4rUSnIcHxA/view?usp=drive_link

Skottfint eller stegisättning

En försvarare som nu är lite mer aktiv i försvaret. Anfallaren passar försvararen och får tillbaka bollen i fart, väljer sedan att antingen göra en stegisättning eller skottfint.

Spel 6 anfallare mot 6 försvarare – Premiera genombrott, M6- och kantavslut.

23 november

Ingen träning – Träningsmatcher mot F12 (2013)

30 november – Träning i A-hallen (16:30 till 18:00)

Första 20 – 30 minuterna övningar som i B-hallen, jag kör målvaktsträning.

Passningar i trianglar

https://drive.google.com/file/d/1v6e8fzyY_nSJ0qNuJvPuuUsYER5TzbvL/view?usp=drive_link

Passningar växelvis

https://drive.google.com/file/d/17iHCRNSIW7czv5CU5NFMhC0V_mwvf8LI/view?usp=drive_link

Söndagar – Passningar och individuell teknik

Passning och skott från knästående

https://drive.google.com/file/d/1OXEXyNN1dDAJzxMhtKI1x-4rUSnlcHxA/view?usp=drive_link

Hoppsskott från knästående

https://drive.google.com/file/d/15OHfOA0nrcT09iCAzjz17Xb22eVuyegK/view?usp=drive_link

Skottfint eller stegisättning

En försvarare som nu är lite mer aktiv i försvaret. Anfallaren passar försvararen och får tillbaka bollen i fart, väljer sedan att antingen göra en stegisättning eller skottfint.

Spel 6 anfallare mot 6 försvarare – Premiera genombrott, M6- och kantavslut.

7 december

Ingen träning – Matcher i Boden.

14 december

Ingen träning – F16 spelar i hallen.

21 december

JULAVSLUTNING