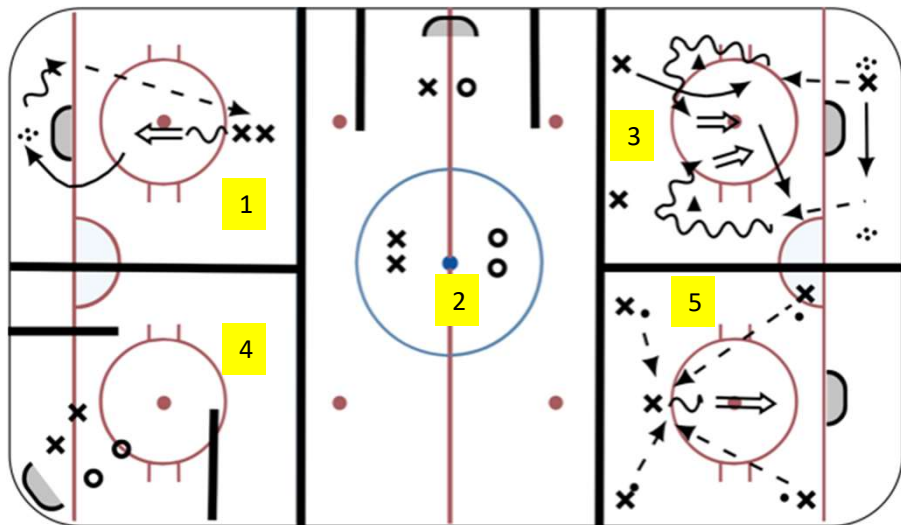


U12

Fokusområde: Afslutning i bevægelse



Øvelse 1)

Fokus på: Afslutning i bevægelse

Øvelse: Spiller skøjter mod mål og afslutter. Tager puck bag mål og spiller op til næste i køen.

Øvelse 2)

Fokus på: Afslutning i bevægelse

Øvelse: 1vs1 foran mål. Når man erobrer pucken, må man spille sig medspiller oppe i køen, som må skøjte mod mål og afslutte.

Øvelse 3)

Fokus på: Afslutning i bevægelse

Øvelse: En spiller skøjter mod mål og modtager en aflevering fra spilleren bag mål. Vender rundt om keglen og afslutter på mål. Får efterfølgende en aflevering fra den anden side af målet og skøjter rundt om den anden kegle og afslutter.

Øvelse 4)

Fokus på: Afslutning i bevægelse

Øvelse: 2vs2

Øvelse 5)

Fokus på: Afslutning i bevægelse

Øvelse: Mand i midten modtager, på skift, en aflevering fra de andre spillere og skøjter mod mål og tager afslutning. Efter hvert skud, vender spilleren tilbage til udgangsposition.