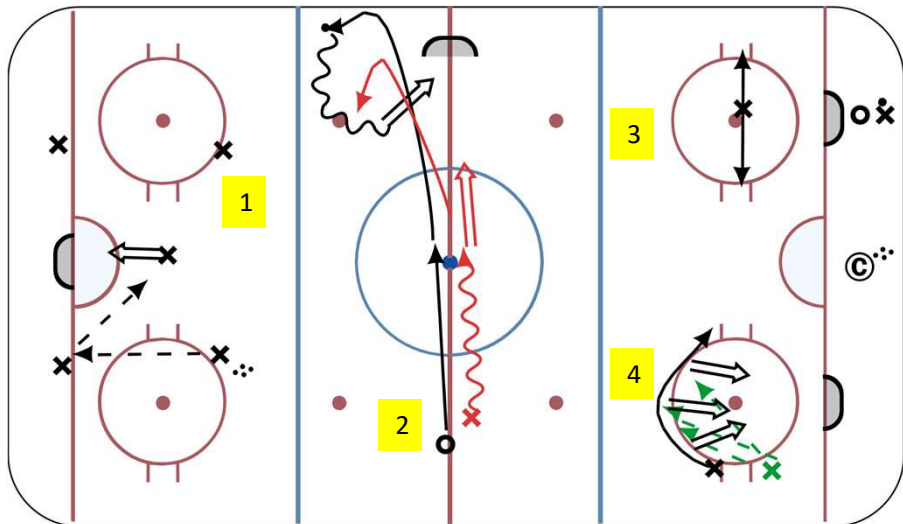


U14

Fokusområde: Afslutning



Øvelse 1)

Fokus på: Orientering og hurtig afslutning

Øvelse: Fire skud fra forskellige steder. En spiller har fire pucke – hver puck skal passes to gange inden den må passes ind til skytten i midten, hver af spillerne omkring skytten skal passe ind til skytten.

Øvelse 2)

Fokus på: Afslutning i bevægelse og under pres.

Øvelse: 1v1 med backcheck til 1v1 ud af hjørnet. Rød spiller starter med puck og skøjter med fuld fart ned og afslutter. Den røde spiller må først afslutte efter faceoffpunktet. Den sorte spiller jagter. Pucken spilles færdigt. Den sorte spiller samler en puck op i hjørnet efter, og skal forsøge at komme ind og få et skud, mens rød forsvare.

Øvelse 3)

Fokus på: Hurtig afslutning

Øvelse: 1v1 bag målet til en skytte foran målet. De to spillere bag målet spiller 1v1, den ene spiller forsvarer. For den angribende spiller gælder det om at passe ind foran målet, så der kan afsluttes.

Øvelse 4)

Fokus på: Afslutning i bevægelse

Øvelse: Spilleren starter på hashmarks og skal nå tre afslutninger inden spilleren rammer hashmarks på den anden side.