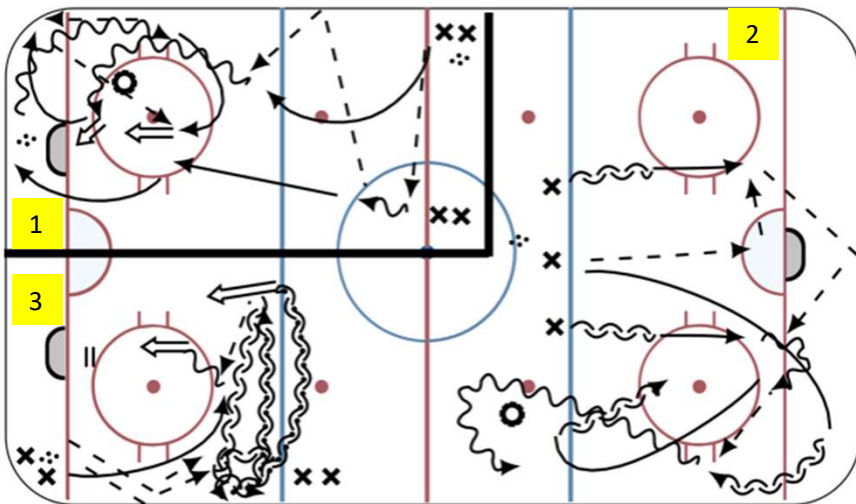


U16

Fokusområde: Pasninger



Station 1)

Fokus på: Bande pasning

Øvelse: En spiller afleverer til forreste mand i køen på midten, som laver en bande pasning tilbage. Spilleren skøjter ned omkring dækket og afslutter, med den anden spiller som backchecker. Spilleren som har backchecket henter en puck bagved målet og skøjter op langs banden og laver en bande pasning til næste spiller, som afleverer ind i slottet til en afslutning.

Station 2)

Fokus på: Bande pasning og 1vs1

Øvelse: En spiller lægger pucken ned til målmanden, som spiller pucken ud til siden - spilleren skøjter efterfølgende ned og vender op langs banden. To spillere starter baglæns - vender sig og spiller en bande pasning bag målet. Pucken afleveres til spilleren på kanten, som kører op omkring dækket. Spilleren som har afleveret kører op og tager imod og der spilles 1vs1 mod målet.

Station 3)

Fokus på: Bande pasning og afslutninger

Øvelse: En back modtager en pasning fra hjørnet og skøjter ind langs blå linje. Afleverer pucken tilbage til spilleren fra hjørnet, som tager afslutning og bremser foran mål. Backen skøjter til banden og får en ny bande pasning fra hjørnet, som transporteres ind langs blå linje og afsluttes på mål.

