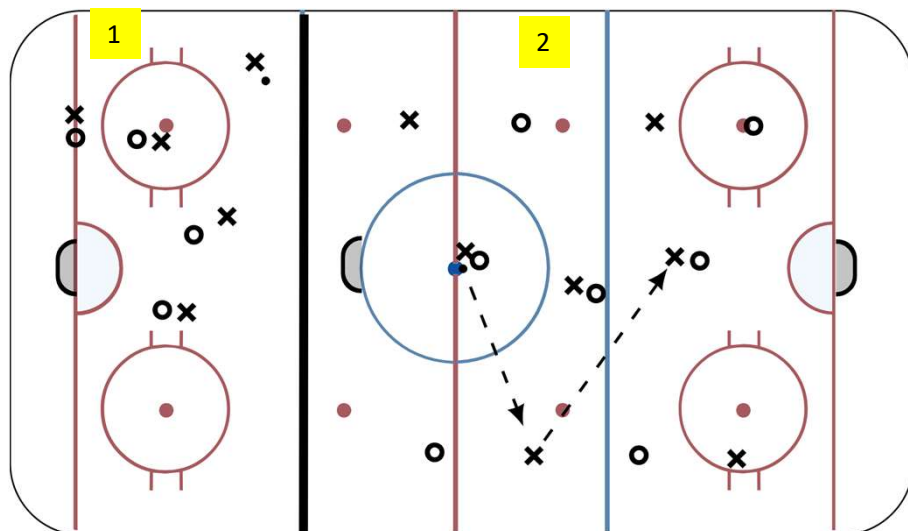


Offensivt spil uden puck



1:

Fokus på: Bevæge sig fri uden puck

Øvelse: 5v4 i en zone. Spilleren med puck må ikke bevæge sig, de fire andre spillere skal bevæge sig fri. For de forsvarende gælder det om at erobre pucken og spille den ud af zonen, for de angribende gælder det om at lave mål.

2:

Fokus på: Bevæge sig fri uden puck

3v3 på 2/3 bane med passere på begge sider. Pucken skal passes på en af siderne inden der laves mål.

