

Hockeybingo

Clemensnäs Hockey, U9 Tjej

Månad: Januari

Vecka	25 Slagskott	25 Dragskott	15 Backhandskott
1			
2			
2			
3			
3			
4			
4			
5			
5			

Sätt ett kryss i respektive ruta efter att du klarat uppgiften

Att tänka på vid slagskott:

1. Puckens position mellan benen, mitt emellan benen
2. Kroppens tyngdpunkt, flytta vikt från bakre till främre benet i samband med skott
3. Håll i klubban hårt
4. Luta klubban överdrivet mycket framåt i samband med träff
5. Håll inte händerna för nära varandra på klubban

Att tänka på vid dragskott:

1. Puckens position, börja en bit bak med pucken
2. Kroppens tyngdpunkt, flytta vikt från bakre till främre benet i samband med skott
3. Försök få pucken att rulla på hela bladet, med början vid hälen på klubbladet
4. Håll inte händerna för nära varandra på klubban
5. Viktigt att fullfölja svingen

Lycka till!

Ledarna U9 Tjej

Återkoppla 31 Januari