



Description

- A) Snabbt skott med stressare, startar med väggpass, sedan pass diagonalt. Stressare startar vid mottagning av passning för skytten.
- B) Tryckskott + teknik. Kort indrag efter mottagning. Passning till vilande spelare och finta mot coach. Efter skott blir spelarna passare en ggn.
- C) "Hämta upp retur". Passning till TKH-sarg, sedan hämtar skytten upp pucken och väljer höger eller vänster håll. 3 st puckar per spelare/omgång.
- D) Punkt-punkt avslut. Startmed passning och mottag. Spelaren går sedan punkt-punkt och passaren går på returtagning.
- E) 90 grader. Spelaren går 90 grader mellan däck/Konerna och vrider upp kroppen och gör sig skottberedd. Efter skott så stannar spelaren kvar en vända och blir aktiv returtagare på nästa omgång.