

VAD ska tränas (målsättning):

.....

VARFÖR ska det tränas (syfte):

.....

HUR ska momenten utföras (frågor eller Instruktionspunkter):

.....

ÖVA:

.....

ORGANISATION (skiss, antal spelare, mål, bollar, koner etc):

.....

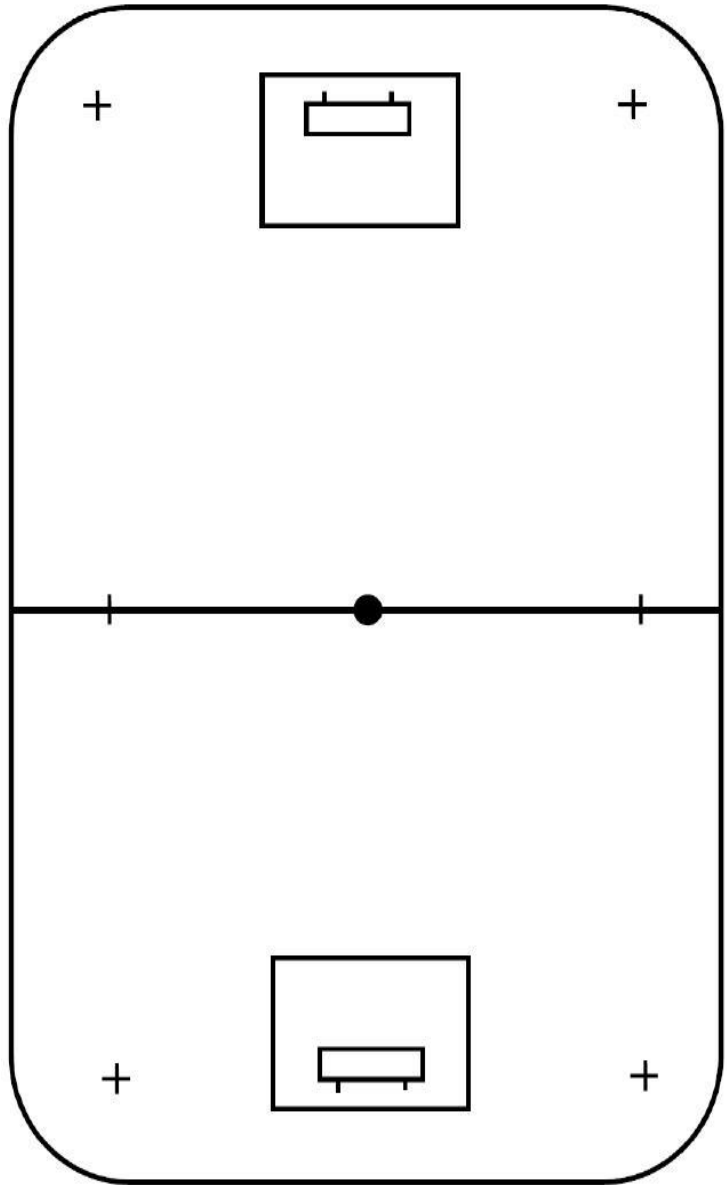
ANVISNINGAR (övningsbeskrivning):

.....

SAMMANFATTNING (återkoppling på Vad, hur, varför och hur samt frågor Kring spelarnas upplevelse):

.....

ÖVNINGENS NAMN:



TECKENFÖRKLARING

X	Anfallare	Rörelse framåt	→	Avslut/Skott	→	⊗	3:e lag/spelare
O	Försvarare	Rörelse fram m boll	→	Målvaktsutkast	→	⊖	Täcka skott
MV	Målvakt	Rörelse bakåt	←	Tempoväxling	→	⊗	Spelare med boll
●	Boll	Rörelse bakåt m boll	←	Riktningsförändring	↔		
Δ	Kon	Passning	→	Mål	↔		