



Måndag onsdag torsdag 27 29 30/7

Röda tråden i träningen: Igång med fotbollsflås och touchen på bollen igen

### Block i träningen

10 min uppvärmning

7-10 min Tabata upplägg

### Avslut för offensiva spelare ihop med målvakt

### Bollinnehav/speluppbyggnad

#### Anfall mot försvarsuppställning

Anfallande lag

x \_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_

x \_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_

Försvarande lag

x \_\_\_\_\_ x x \_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ x \_\_\_\_\_

### Spel större yta