Träning 19/4



Tema: Försvarsspel/Fotbollsfys

\*träningen inleddes med den förberedande träningen.

\* Vi gick sen in på försvars övning, 2mot 2

\*Fys, springa med boll i två minuter. Vila 1 minut. Vi körde 2 omgångar och det fick önskad effekt.

\*efter några mer fysövningar blev det spel och avslutning med lek,