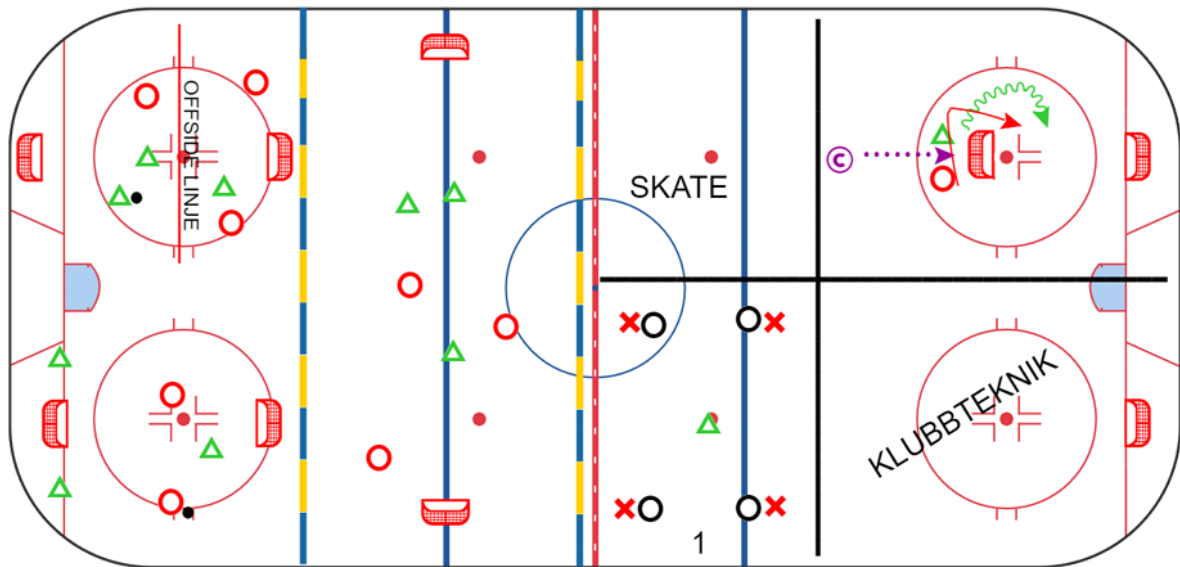




## C-poijk



Description Spelstationer:

1. 3-3 med offside Lär barnen offside - Prata om rörelsen och att hitta fria ytor för att få passera linjen. Försvarende lag, man - man försvar och spela med klubborna i isen för att spela blad mot puck och krympa ytorna för anfallande lag.

2. 2-3 start med 2-1 anfall och två backcheckare som startar på knä - Spela 25-30 sek och sen börja om. Anfallande lag prata om vikten att icke puckförare är spelbar och jobbar i djupled i anfallet, svårare för försvarende spelare att försvara mot än att vi anfaller på linje. Spelet 2-3 få laget som är två att jobba med huvudvridningar och kommunikationen. Laget med tre spelare har hela tiden en spelare ledig, hur utnyttjar vi det?

3. 3-3 flygande likt hemmaplansmodellen. Feedbacka kring beteenden vad gäller urspel och presspelet. Alltid spelbar vid puckvinst, vrida på huvudet och scana av. Icke puckförande lag i presspelet hur spelar vi med klubbarna och styr motståndarna mot utsidan. Stationer:

1. Passningskvadraten med en som jagar puck. Feedback kring spelare som jagar - Spela med klubbarna i isen och styr vart pucken skall passas för att kunna vinna den. Jobba med start och stopp. Passarna hela tiden passningsklara och alltid ha huvudet uppe för att veta vart jag kan passa när pucken kommer.

2. Klubbteknik

3. Kamp - Tränare lägger puck mot målbur - Spelare står med rygg emot tränare. Vinn pucken och ta dig till avslut. Tävla hela vägen tills tränare blåser av. Tryck på vikten av kampmomentet - Att vilja ha puck! Vilja vinna! Räkna poäng och utse en vinnare.

4. Skridskoteknik