1. **Samling**

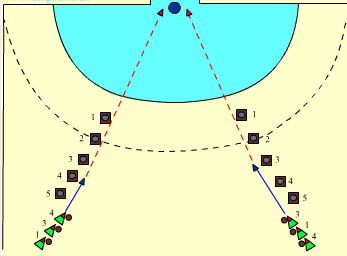
Stolarna och fyrkanten

1. **Uppvärmning**

Konboll i mitten

1. **Passningar**

Polska vändor

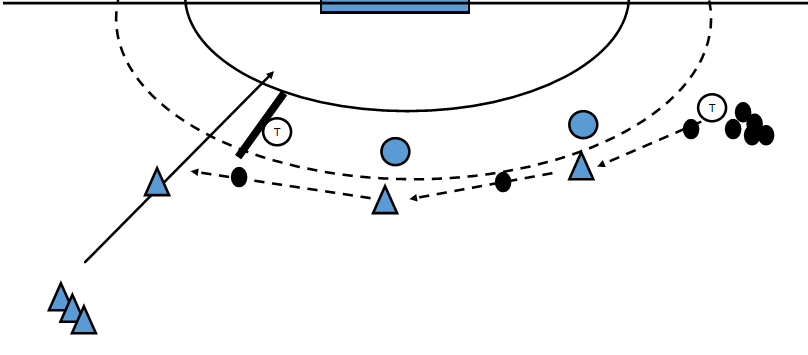


1. **Målvakter**

Uppv och skott från olika avstånd

1. **Stor bredd och ingen fint**

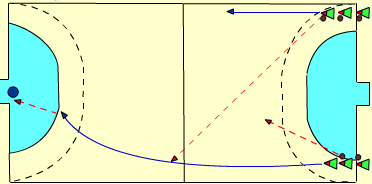
Vi kör från båda hållen



Nian ska komma med **full** fart och bara ta ett steg i satsningen och sedan flyga in bakom madrassen mot mål.

Det går att ställa en passiv etta i försvaret som tränger ihop satsningen lite.

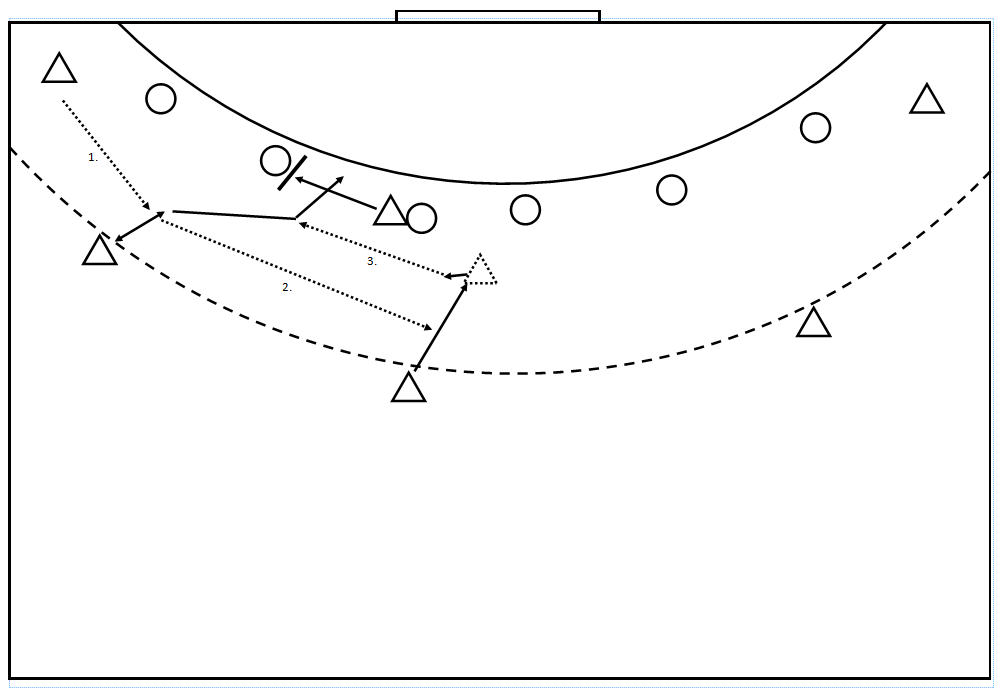
1. **Kontringsövning**



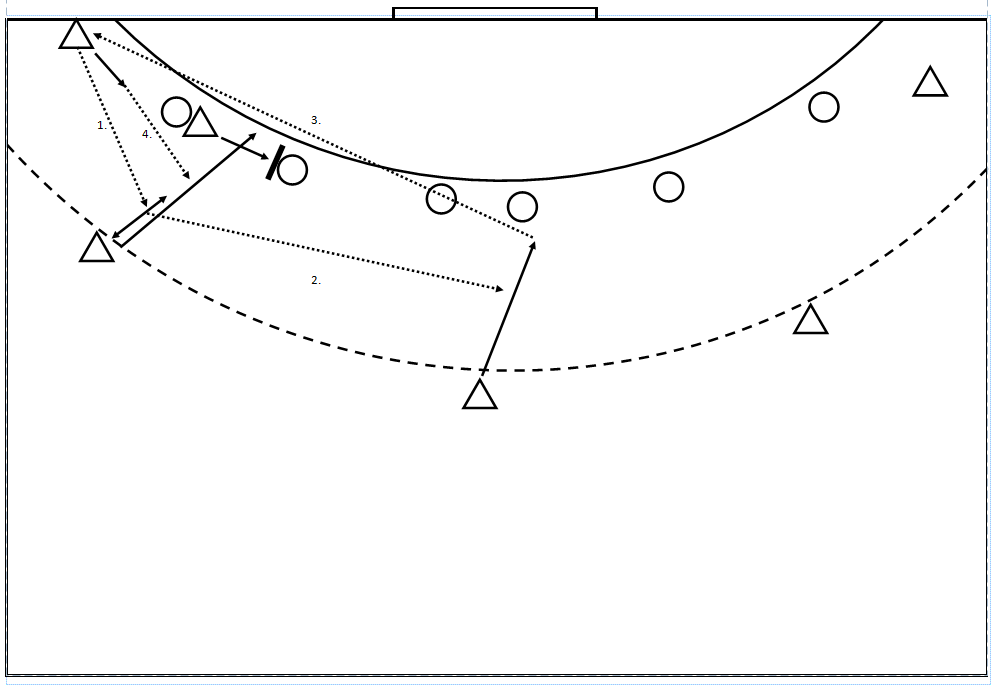
1. **Spel**

**Med mönster**

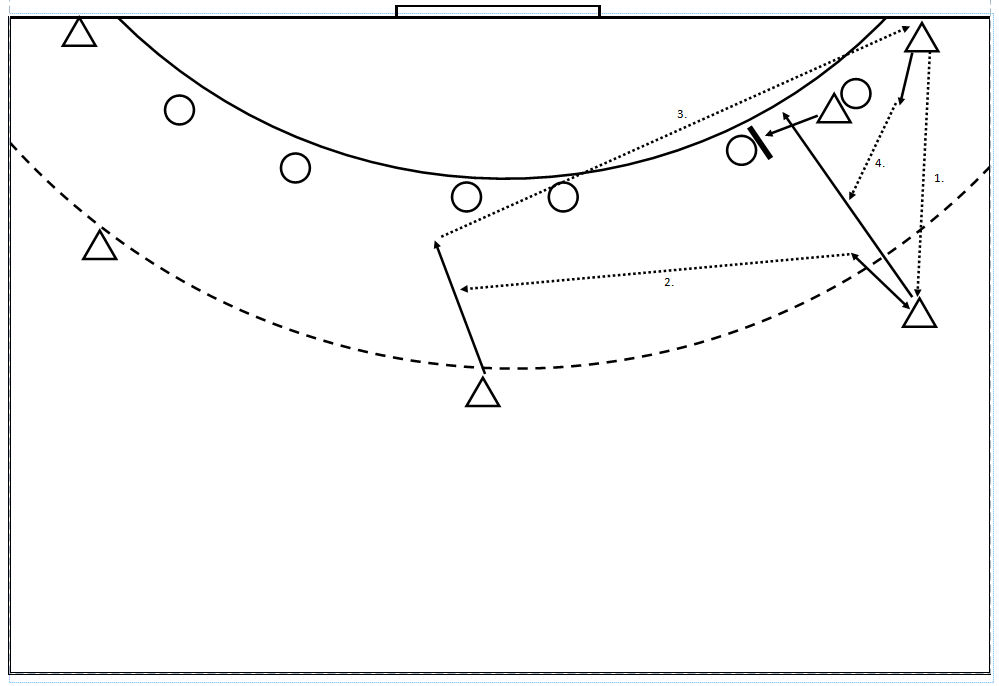
**Mönster 1**



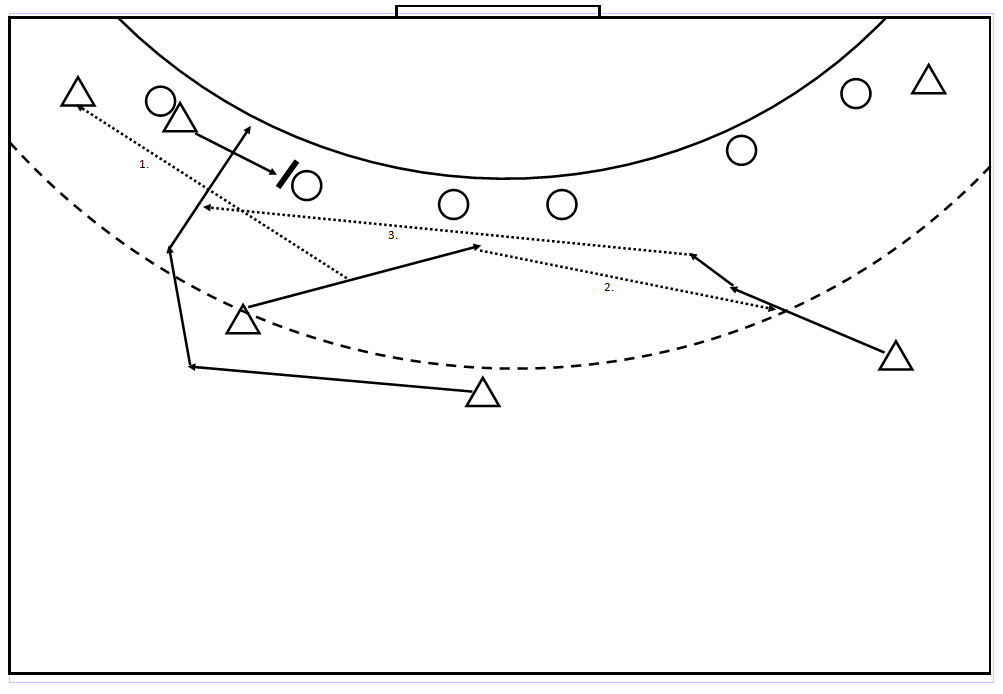
**Mönster 2**



**Mönster 3**



**Mönster 4**



**Mönster 5**

