DATUM/VECKA:…………..

TRÄNARE: …………………………………………………….. …………………………………………………………

 ……………………………………………………… …………………………………………………………

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TID** | **AKTIVITET/ÖVNING** | **ANTECKNINGAR** |
| 18:00 18:05 |  |  |
| 18:0518:10 |  |  |
| 18:1018:15 |  |  |
| 18:1518:20 |  |  |
| 18:2018:25 |  |  |
| 18:2518:30 |  |  |
| 18:3018:35 |  |  |
| 18:3518:40 |  |  |
| 18:4018:45 |  |  |
| 18:4518:50 |  |  |
| 18:5018:55 |  |  |
| 18:5519:00 |  |  |

UNDVIK KÖER - TRÄNA TEKNIK – MÅNGA BOLLAR – SMÅLAGSSPEL

30% LEKAR + 20% INDIVIDUELL TEKNIK + 20% TEKNIK 2&2 + 30% SMÅLAGSSPEL

 (20 MIN) (10 MIN) (10 MIN) (20 MIN)