

(17+2)

EGGEN TRENERKOLE

Lordag 23. aug 2014

Tema: angrep og avslutning
moment: avslutningsstrategier

- Skudd
- Avsl. i overlag
- aktivt spill

Skudd-spill

Poeng:
(moment!)

- Overlag som får fram momentet, helst i kamp-lige situasjoner
- avslutningsstadiet
- avslutningsstadiet
- relasjon i avslutn.
- kvalitativt stygget
- prinsip: gjennomslag

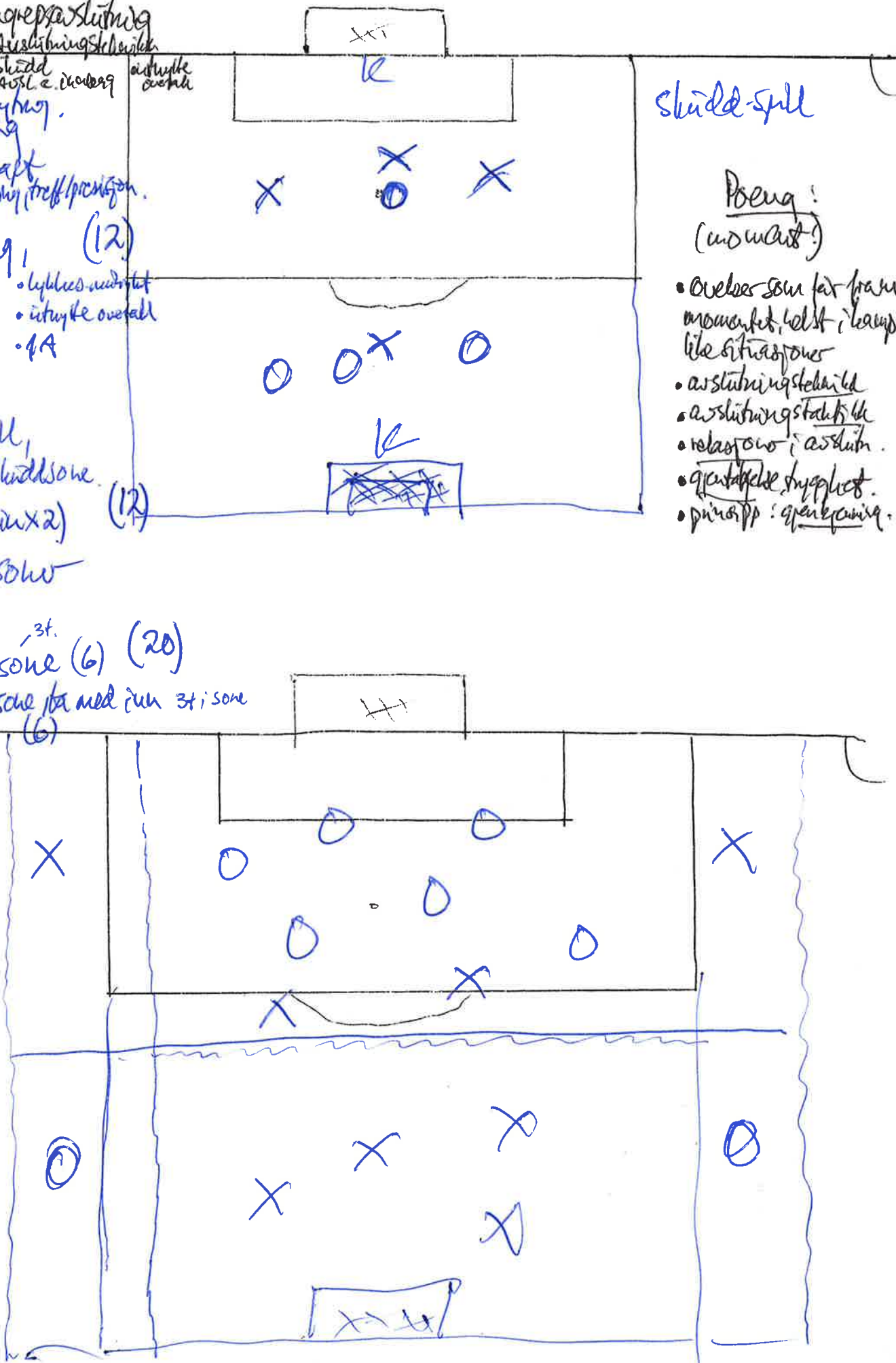
1) Strømsdyktig oppvarming
m/ ball kraft - strømsdyktig treff/ presisjon.

2) Avslutning (12)
3:2
(3A x 3)
(2F x 3)
• lydløs avslutning
• i trykke overlag
• 4A

3) Skudd-spill, 4:4 m/ skuddsone (4 min x 2) (12)

4) Innleggssone 8:8 3t. (20)
a) slå fra sone (6)
b) motta i sone fra med inn 3t i sone (6)

c) starte fra sone (6)



Van