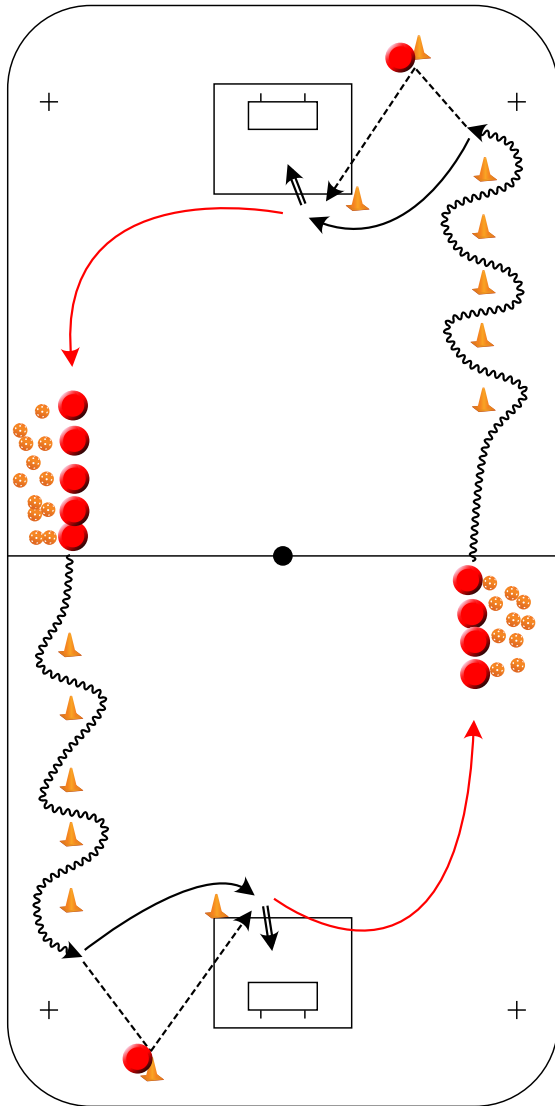


# Pojkar\_11-12\_blad\_1

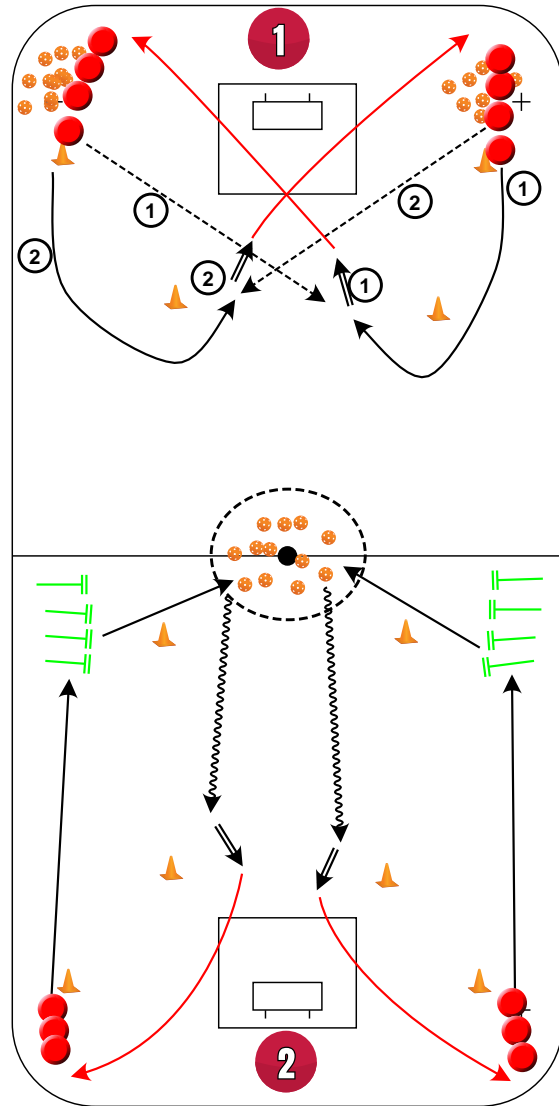
Pojkar 11\_12 Slottsstaden

1/4



MÅLVAKT UPPVÄRMING  
Byt passnings spelare

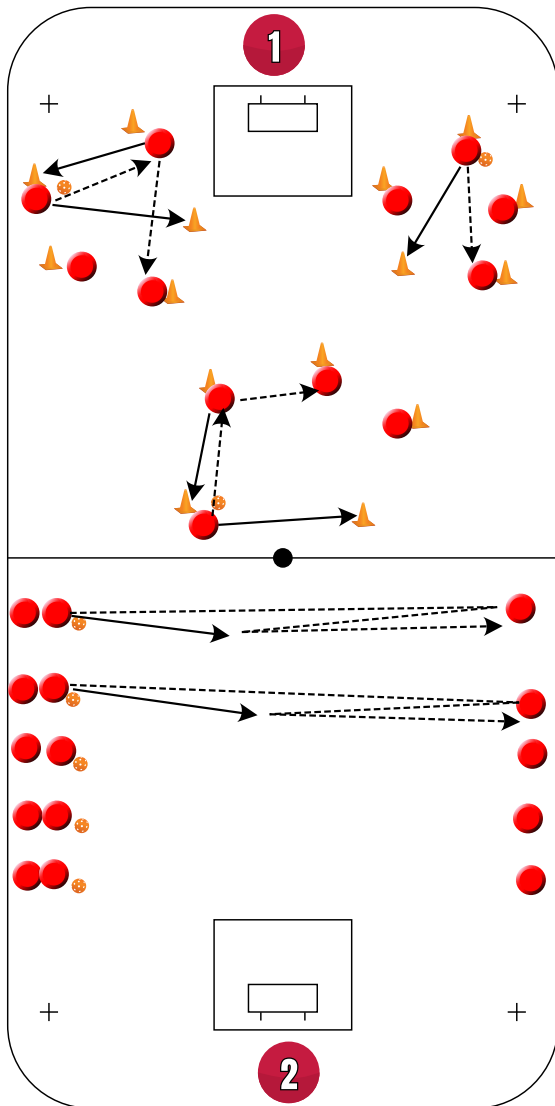
2/4



1 - RULLAHÖRN - löpning utan boll, få pass och avslut, byta hörnen  
2 - TÄVLINGEN - hämta sin klubba, ta bollen och gå till avslut

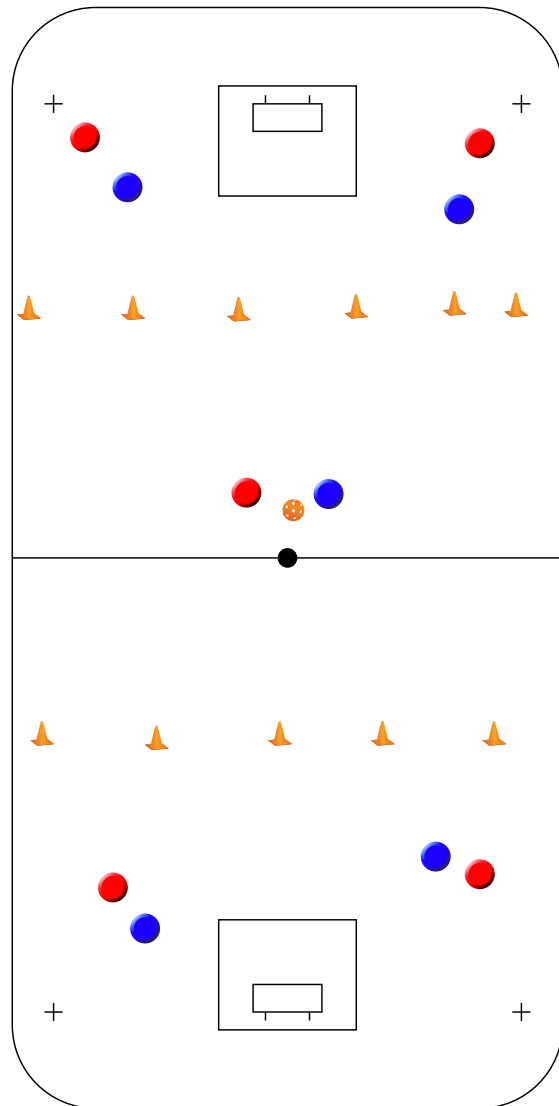
# Pojkar\_11-12\_blad\_1

3/4



1 - PASS OCH SPRING - passning till kompis sen löpning till ledig kon  
2 - BREDA PASSNINGAR - boll på sidan med 2 spelare, pass över, följ passning, kommer pass tillbaka, sveppassa och gå i led

4/4



ZON SPELA - dela planen till olika zoner och spelare få inte gå över. Kan blanda med några regler att en försvare kan gå i mitten, en forward till center, osv.