**BLOCK 1,**

***4 Veckor***

***Onsdag 17.45-19.00 Stora Hammar***

OBS! Ledare på plats senast 17.30

**17.45**:               Samling och indelning

**17.50**:               Uppvärmning: Bollteknik samma som i lördags

Fyspass

**18.10**:               4x10min Stationer:

Station A: **Passning från 4-kant till 4-kant**

Station B: **Spel 1-1, 2-2 alt 3-3**

Station C: **Zick-Zack med avslut**

Station D: **Jaktstart 2 mål (efter skott runda en kon och jaga nästa spelare)**

**18.50**                Avdukning och Stafett (1x kullerbytta, hämta/lägga boll, hoppa på ett ben)

**18.55**                Avslut (Ring/Ramsa)

OBS!

* Vi försöker starta träningen ”exakt på klockan”.
* För de barn som är lite tidiga och för ledarnas barn försöker vi ha en ledare som ansvarar för att dessa barn leker i en hörna, gärna kvadraten,

så att de andra ledarna kan duka planen utan störande moment. Patrik Meynert skötte det här bra sist!

* Vi ska försöka ha en ledare för de barn som kommer sent och som ”slussar” dessa barn rätt.