



INDIVIDUAL SKILLS AND TACTICS DRILLS



Practice No: _____

Date : _____ Time : _____ Duration : _____

Version no : _____ Prepared by : _____

Objectives / Main tasks : _____

GOALIES	Left DEFENSE	Right DEFENSE	Left WING	Centers	Right WING

Drill no. : 1A Duration : _____ Minutes From : _____ To : _____

LAJITEK. KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : HP/KAHP/ 3-pel yht.toim

syöttäminen/vastaanotto

Components : kiekollinen/kiekoton

Content elements : hyökkäystehokkuus

Description

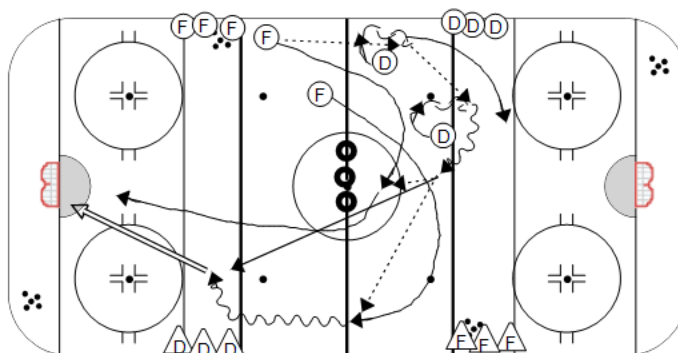
Puolustajat

- * etäisyys
- * kämmen - kämmen
- * liikkeestä syöttäminen
- * tue hyökkäys-viivapelaaminen

Hyökkääjät

- * rintamsuunta
- * ajoittaminen
- * hyökkäyksen päätös

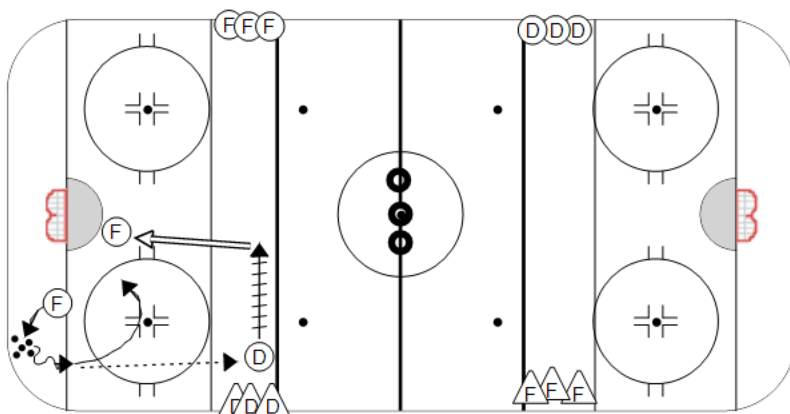
Key Points



Drill no. : 1B Duration : _____ Minutes From : _____ To : _____

Title : HP/KAHP/ 3-pel yht.toim (s Content elements: _____ Components : _____

Description



Key Points : _____

Drill no. : 2 Duration : Minutes From : To :

LAJITEK. KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : HP/PAHP/HAHP/ P-P reverse

syöttäminen/vastaanotto

Components : kiekollinen/kiekoton

Content elements : hyökkäysvalmius

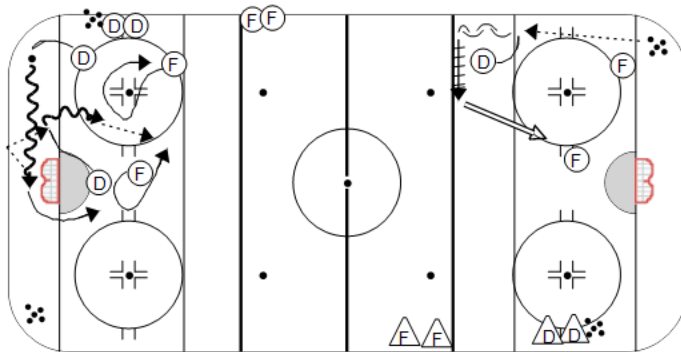
Description**3-PELAAJAN YHTEISTOIMINTA**

- P-P reverse
- H:t peilaa
- kiekollinen keskustaan
- kiekko laidasta alueelle
- variaatio, edellisen ryhmän ampunut pakki (voi olla myös valm.) merkkää selkeästi toisen hyökkääjistä. avaavan pakin syötettävä vapaalle pelaajalle
- reversen voi pelata myös hyökkääjälle

Key Points

A

B



Drill no. : 3A Duration : Minutes From : To :

LAJITEK. KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : HP/PAHP/HAHP/ P-P päädyn kautta

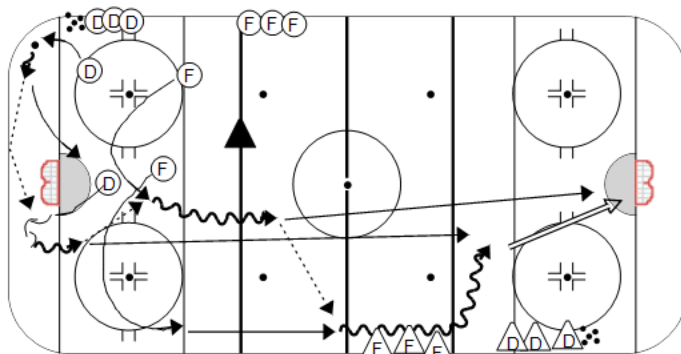
syöttäminen/vastaanotto

Components : kiekollinen/kiekoton

Content elements : hyökkäysvalmius

Description**P-P-H**

- tarjoa levitys läheltä maalia tai etutolpan kautta
- syöttänyt puolustaja tuki maalin edustalle
- kiekollinen H keskelle, pelataan kiekko alueelle laidalta
- P tue hyökkäys
- variaatio edellisen ryhmän viivapakki jää, ja pelaa jomman kumman hyökkääjän (syöttöön asti) jolloin avaava

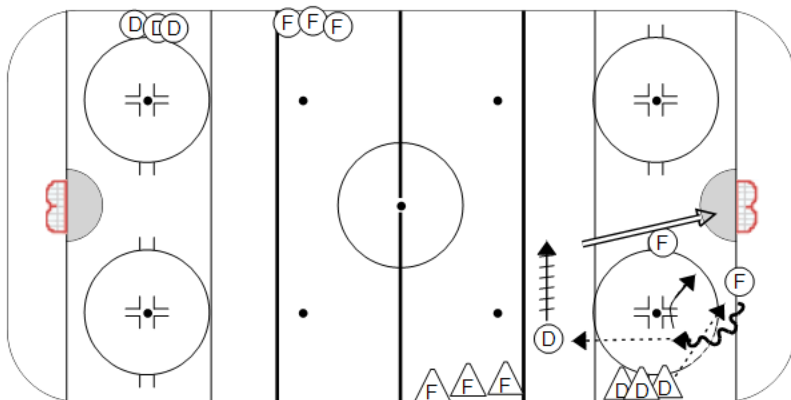
Key Points

Drill no. : 3B Duration : Minutes From : To :

Title : HP/PAHP/HAHP/ P-P päädy Content elements: Components :

Description**Kulmapeli**

- ammu kun maski peittää mv:n



Key Points :

Drill no. : 4 Duration : Minutes From : To :

LAJITEK. KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : HP/ P-H-H yhteistyö + kulmapeli

syöttäminen/vastaanotto

Components : kiekollinen, kiekoton

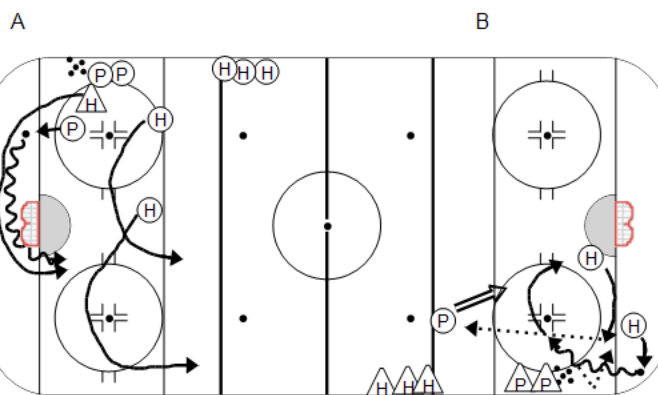
Content elements :

Description

hyökänneestä parista toinen antamaan
paine pakille
pakki käytä maali hyödyksi

variaationa P-P-H etutolpan kautta paine
nupilla molemmille pakeille

Key Points



Drill no. : 5A Duration : Minutes From : To :

LAJITEK. KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : PP/HP VIISIKKO LÄMMITTELY

syöttäminen/vastaanotto

Components : kiekollinen kiekoton häiritsijä vartioija

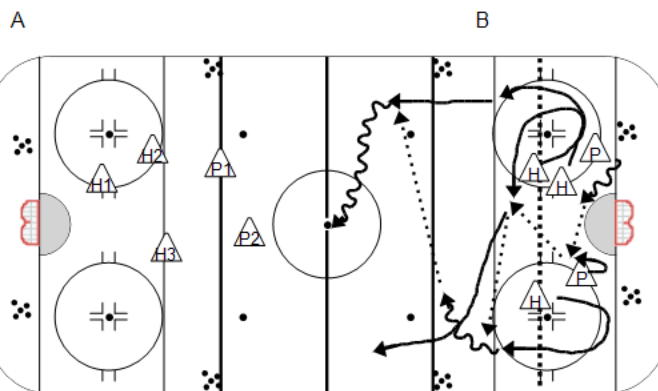
Content elements : hyökkäys/puolustusvalmius

Description

A)
1-2-2 H1 mallaa ohjaus peliä ja muut
peilaavat

B)
viivelähtö vihellyksestä haku toisesta
päästä. syötellen KA yli

Key Points



Drill no. : 5B Duration : Minutes From : To :

LAJITEK. KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : PP/HP VIISIKKO LÄMMITTELY (seq 2)

syöttäminen/vastaanotto

Components :

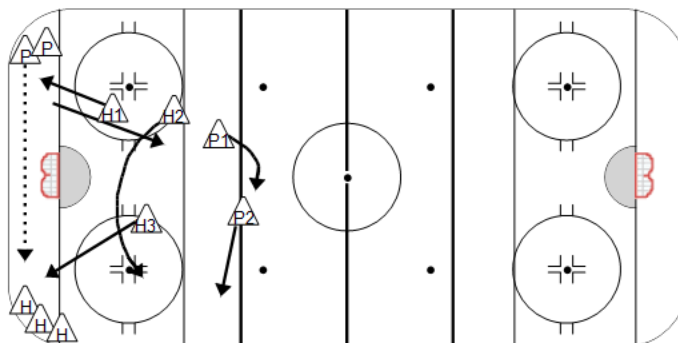
Content elements :

Description

vaihtoehtoinen lähtö

vihellyksestä syöttö maalintakana ja
ohjaus mallaus ja haku

Key Points



Drill no. : 5C Duration : Minutes From : To :

LAIJITEK. KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : PP/HP VIISIKKO LÄMMITTELY (seq 3)

syöttäminen/vastaanotto

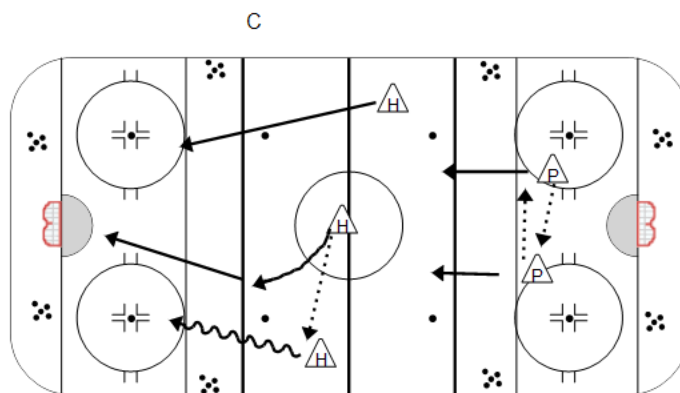
Components :

Content elements : 1

Description

C) Suorahyökkäyksen päätös siniviivan jälkeen yksi syöttö. pakit perässä syötellen.

Key Points



Drill no. : 5D Duration : Minutes From : To :

LAIITEK, KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : PP/HP VIISIKKO LÄMMITTELY (seq 4)

syöttäminen/vastaanotto

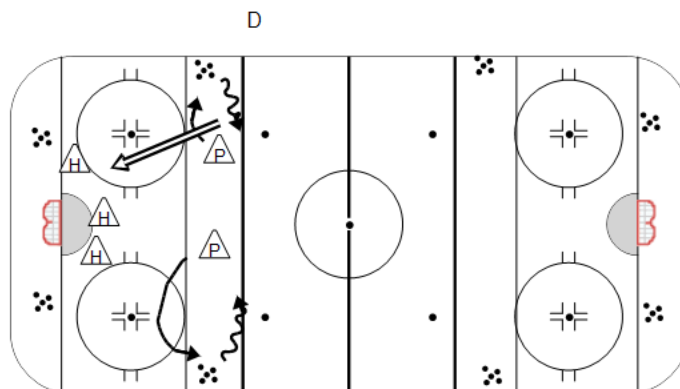
Components :

Content elements :

Description

D) pakkien laukaukset + maski

Key Points



Drill no. : 6 Duration : Minutes From : To :

LAIJITEK. KIERTO JA YH.TOIMINTA

Drill Title : HP/PAHP/HAHP P-P maalined.

syöttäminen/vastaanotto

Components : kiekollinen/kiekoton

Content elements : hyökkäysvalmius

Description

3-PELAAJAN YHTEISTOIMINTA

- P-P puolen vaihto maalin takaa levitys
maalin
edestä

Key Points

