

AJOVIIMEISTELYT

MALLISUORITUKSET

Kurotus & Reach-Up
Goofy Foot (Syötöstä)
Goofy Foot (Kuljetuksesta)

Power Lay-Up
Lay-Back

Runner
Kontaktista Viimeisteleminen
Viimeistelyhaaste

HARJOITTEET

1vs0

<u>Reach-Up</u>	<u>Goofy Foot Lay-Up</u>
<u>1-Käden Koppaukset</u>	<u>Floater</u>
<u>Reach-Back</u>	<u>Eurostep</u>
<u>Cross Step</u>	<u>Pivot-viimeistelyt</u>

1vs1

Catch&Go Juoksusta (Perus)

<u>Catch&Go (Part2)</u>	<u>Catch&Go (Part3)</u>
<u>Etuviimeistely 1vs1</u>	<u>Alamäkihyökkäys</u>
<u>Alamäkihyökkäys (Lift)</u>	<u>Etuviimeistely 1vs1</u>

1vs2

<u>Apuviimeistely (Easy)</u>	<u>Apuviimeistely (Hard)</u>
------------------------------	------------------------------