

Title : Kiekosta irrottaminen

Content elements:

Components :

**Description**

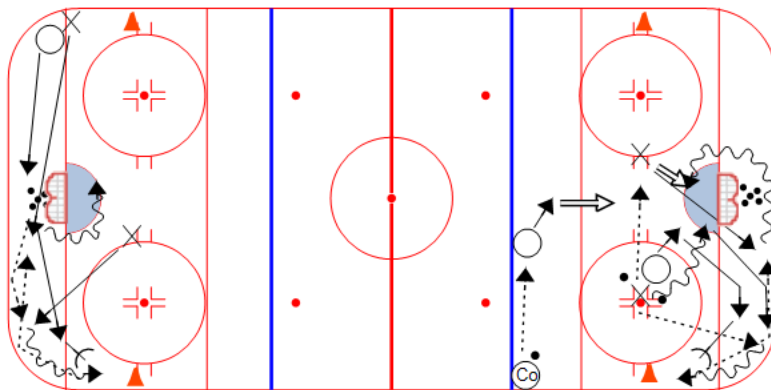
Kiekosta irrottaminen

Pmvv ( sama aloitus)

H2 suoraan, H1 punnerrus, D2 maskin taakse

Kiekosta irrottaminen

H1 kiekkoon ja P1 kiekon irrotus, H2 hakee mahdollisen dropin pääädystä ja punnertaa maalille -> kiekko irti tai syöttäneen pelaajan puolustaminen (box out), puolustetaan 1v1 tilanteena kiekollisen puolustaminen, pillistä toinen puoli H2 vastaan

**Key Points :**

Puolustuskulma

Mailapaine

Käsille taklaus

Box out

Title : Kiekosta irrottaminen (seq

Content elements:

Components :

**Description**

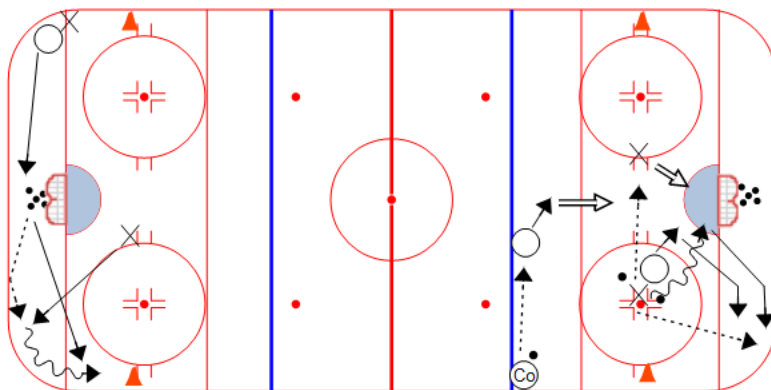
Kiekosta irrottaminen

Pmvv

H2 suoraan, H1 punnerrus, D2 maskin taakse

Kiekosta irrottaminen

H1 kiekkoon ja P1 kiekon irrotus -> kiekko irti, pillistä toinen puoli H2 vastaan

**Key Points :**

Puolustuskulma

Mailapaine

Käsille taklaus

Liikkeen pysäyttäminen