coerver® @home

Würfelspiel

www.coerver-coaching.de

ZUR ERHOLUNG: 10 BUNDESLIGA-VEREINE NENNEN	GELBE KARTE	20 x SHUFFLE STOP SKIP	10 x SLAP CUT	GELBE KARTE	SIEG
30 x PULL PUSH TRIPLES	ZUR ERHOLUNG: TRINK ETWAS UM FIT FÜR DIE SCHLUßPHASE ZU SEIN	20 x SHUFFLE HOOK TURN	10 x U-TURN	20 x SHUFFLE STEP OVER TURN	20 x STEP OVER
30 x PULL PUSH OUTSIDE	ROTE KARTE	10 x OUTSIDE CUTS	10 x STEP ON	TOOOOR!!	ZUR ERHOLUNG: 10 LIEBLING-SPIELERS NENNEN
TOOOOR!!	30 x PULL PUSH INSIDE	30 x DRIBBLE CUTS	20 x TAKE STOP SCISSORS	GELBE KARTE	20 x SHUFFLE TAKE STOP
ANPFIFF	30 x SOLE TAPS	30 x SHUFFLES	ZUR ERHOLUNG: ZEIGE DEINEN TORJUBEL	20 x SHUFFLES STOP	20 x TAKE STOP

www.instagram.com/coerverdeutschland

www.youtube.com/channel/UCHbOQ6LOn_yB4Li20JAjR9g

www.facebook.com/CoerverDeutschland

adidas

36 YEARS coerver COACHING