Shoot Penalty

5 Cones, 7 Balls Referee: _____

Date: ___

OBJECTIVE: Shoot 7 balls between either post & vertical line between nearest cone & crossbar in 30 seconds.

Rules Standard goal is 8 feet x 8 yds. 1. Start with penalty kick with either foot. 2. Shoot 3 of remaining balls with Right foot. 3. Shoot 3 of remaining balls with Left foot. 4. Last 6 balls must be rolling when kicked. 5. Last 6 balls must be kicked before passing penalty kick cone. 000000 Exceptions 1. U6: 7 penalty kicks from 6yd line. 2. U12: May use 6 feet x 6 yd goal.

	Α	Between post & cone					
Penalty	В	Hits post or cone or					
	ט	goes over cone					
	U	Between cones					
	D	NA					
	E Miss goal						
Other Shots	Α	Between post & cone					
	В	Hits post or cone or					
	ב	goes over cone					
	C Between cones						
)th	D	Miss goal					
J	F	No shot					

SportTech IQ™

#	Pl.#	Player Name	Age	Penalty				Right Foot			Right Foot				Right Foot				Left Foot				Left Foot				Le	eft	Fo	ot	
1.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D	Ε	Α	В	CD) E	Α	В	C) E	Α	В	C D	E
2.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	СС) E	Α	В	C D	E
3.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В) E	Α	В	СС) E	Α	В	C D	E
4.				ΑΙ	ВС	. D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	0 0) E	Α	В	C D) E
5.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	СС) E	Α	В	C D) E
6.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	СС) E	Α	В	СС) E
7.				ΑΙ	ВС	. D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	СС) E	Α	В	C D) E
8.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	СС) E	Α	В	C D) E
9.				А	ВС	. D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	СС) E	Α	В	C D) E
10.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	СС) E	Α	В	C D	E
11.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	СС) E	Α	В	C D) E
12.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D) E
13.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D) E
14.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D	E
15.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D) E
16.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D	E
17.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D) E
18.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D	E
19.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CD) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D) E
20.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α		C) E	Α	В	C) E	Α	В	C D) E
21.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CD) E	Α	В	C) E	Α	В	C D) E
22.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	C) E	Α	В	C) E	Α	В	C D) E
23.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	C) E	Α	В	C) E	Α	В	C D) E
24.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D) E
25.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D	E
26.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D) E
27.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	CC) E	Α	В	CC) E	Α	В	C D) E
28.				ΑΙ	ВС	D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D	Ε	Α	В	C D) E	Α	В	CCC) E	Α	В	C D) E
29.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	C	E	Α	В	C) E	Α	В	C D	E
30.				А	ВС	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C D	Ε	Α	В	D	Ε	Α	В	C D	E	Α	В	C) E	Α	В	C D	E