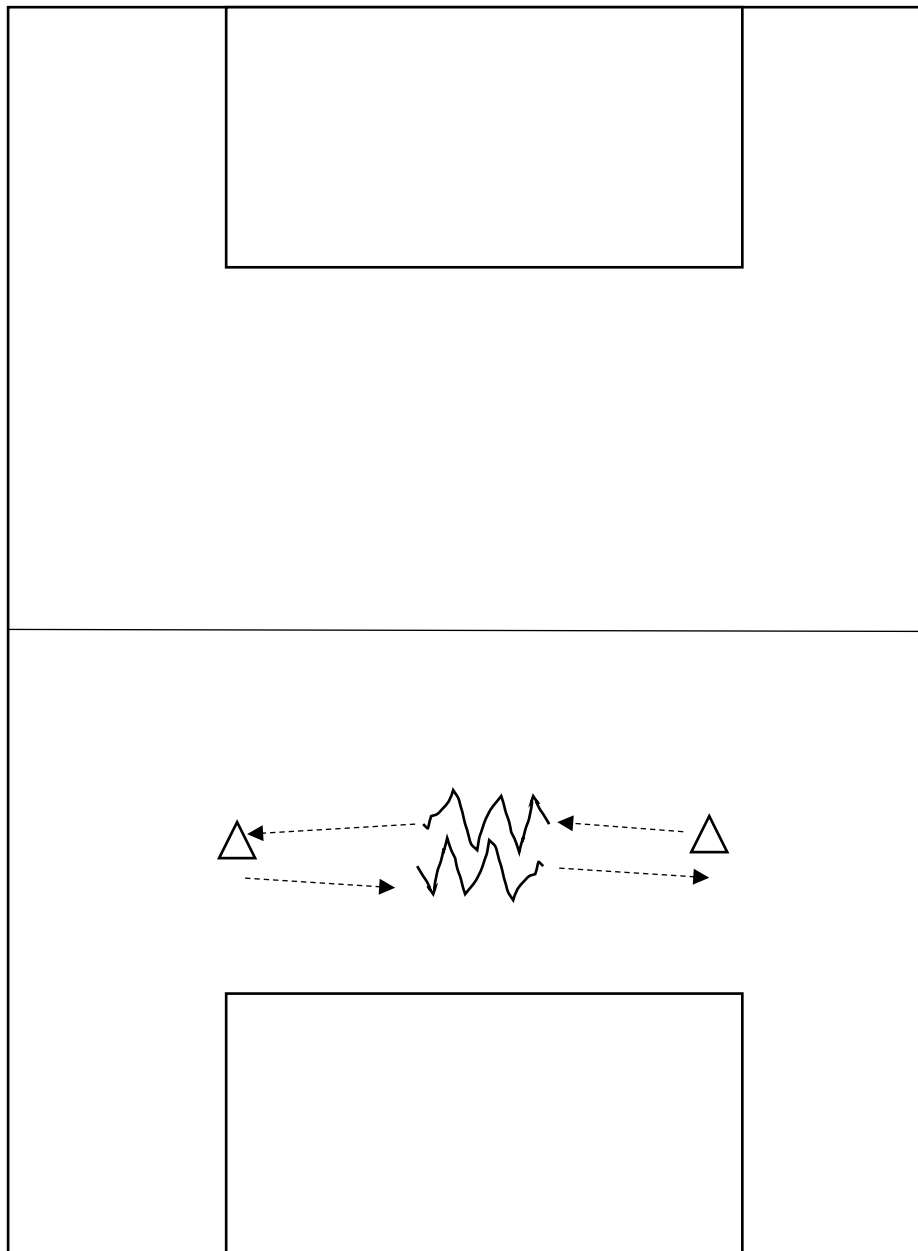




Rödsle BK



Löpning = ----->

Passning = —————>

Skott = >>>>>>

Bollhållare = ⊗

Försvarellare = ○

Anfallsspelare = X

Koner = △

Målvakt = **MV**

Ledare = **L**

Noteringar: Driva, finta, dribbla

Avstånd 8m, kortare avstånd ger högre intensitet. Två spelare med varsin boll driver rakt fram mot varandra, öva finter varje gång ni möter varandra.

Vi tränar på överstegs, skott, passning och barnens egna finter

- Bollen nära foten, blicken framåt
- Tempoväxla med bollkontroll
- Använd både höger och vänsterfot i varje moment

Syfte: lär spelaren NÄR och HUR man använder fint, dribbling