



# Rödsle BK

## OMSTÄLLNINGAR FÖRSVARSSPEL OCH ANFALLSSPEL 1

**Syfte** Omställning i försvars- och anfallsspel.

**Organisation** 2 lag med 6-8 spelare i varje. 2 målvakter. Spelarna är placerade på sidan om eget mål.

**Anvisningar** Förste spelaren i lag A slår en lång, hög passning till förste spelaren i lag B. Denne spelar tillbaka bollen till andre spelaren i lag A. Spel 2 mot 2 där det gäller att snabbt komma till avslut. Spelomgången är avslutad vid mål eller när bollen lämnat spelplan. Nästa pass från B till A. Räkna mål för varje lag.

**Instruktionspunkter** - Snabb omställning i försvars- och anfallsspel. - Kom snabbt till avslut.

### Antal deltagare

- Minsta antal: 12

### Kategoritillhörighet

- Barnträning 5-12 år

### Lämplig för åldersgrupper

- 10-12 år (Barnträning)

