



# Rödsle BK

## SPELTRÄNING 4 MOT 2 OCH 2 MÅLVAKTER

### Syfte

Passningsspel, överlämning, överlappning, omställningar, grundförutsättningar i anfallsspel.

### Organisation

Yta: 30-50 meter x 20-30 meter (40x20 meter). Konmålen = ca 8 meter.

### Anvisningar

A, B, C och D anfaller mot E och F, som har G och H till målvakter.

Anfallet är avslutat vid mål, målvaktsräddning, skott utanför eller då E eller F bryter och passar någon av målvakterna.

Om de 4 anfallsspelarna återerövrar bollen, får de fortsätta att anfalla.

Därefter anfaller E, F, G och H mot A och B, som har C och D som målvakter.

Byte av rollerna inom laget efter hand.

Använd lämplig styrning för att nå syftet (till exempel poäng för utför moment).

### Instruktionspunkter

- Kopplas till syftet.

### Kategoritillhörighet

- Anfallsspel
- Barnträning 5-12 år

### Lämplig för åldersgrupper

- 10-12 år (Barnträning)

