



# Rödsle BK

## SPELTRÄNING 4 MOT 3 OCH 1 MÅLVAKT

**Syfte** Passningsspel, väggspel, överlämning, överlappning, skott, grundförutsättningar för anfallsspel.

**Organisation** Yta: 40x20 meter. Mål = 5 meter. Anfallande lag har 4 spelare mot 3 + 1 målvakt.

**Anvisningar** Trelagsprincipen tillämpas så att efter avslutat anfall anfaller B med 4 spelare mot C som har 3 utespelare och 1 målvakt. Nästa gång anfaller C mot A, och så vidare. Använd lämplig styrning för att nå syftet.

**Instruktionspunkter** - Kopplas till syftet.

### Antal deltagare

- Minsta antal: 12

### Kategoritillhörighet

- Anfallsspel
- Barnträning 5-12 år

### Lämplig för åldersgrupper

- 10-12 år (Barnträning)

