



# Rödsle BK

## INSIDESPASSNING

**Syfte** Passning – insidesspassning.

**Organisation** Avståndet mellan A och B varieras för att öva olika längd på passen och beroende på skicklighet.

**Anvisningar** 1.A passar bollen till B med fotens insida. B tar emot och passar bollen på samma sätt tillbaka.

**Varianter** 1.Direktspel. 2.Flytta bollen i sidled och passa bollen med andra tillslaget. 3.Ta med bollen ut i sidled ca 2 meter och spela bollen i ytterläget – åt båda håll.

**Instruktionspunkter** - Insidesspassning.

### Kategoritillhörighet

- Barnträning 5-12 år

### Lämplig för åldersgrupper

- 7-9 år (Barnträning)

