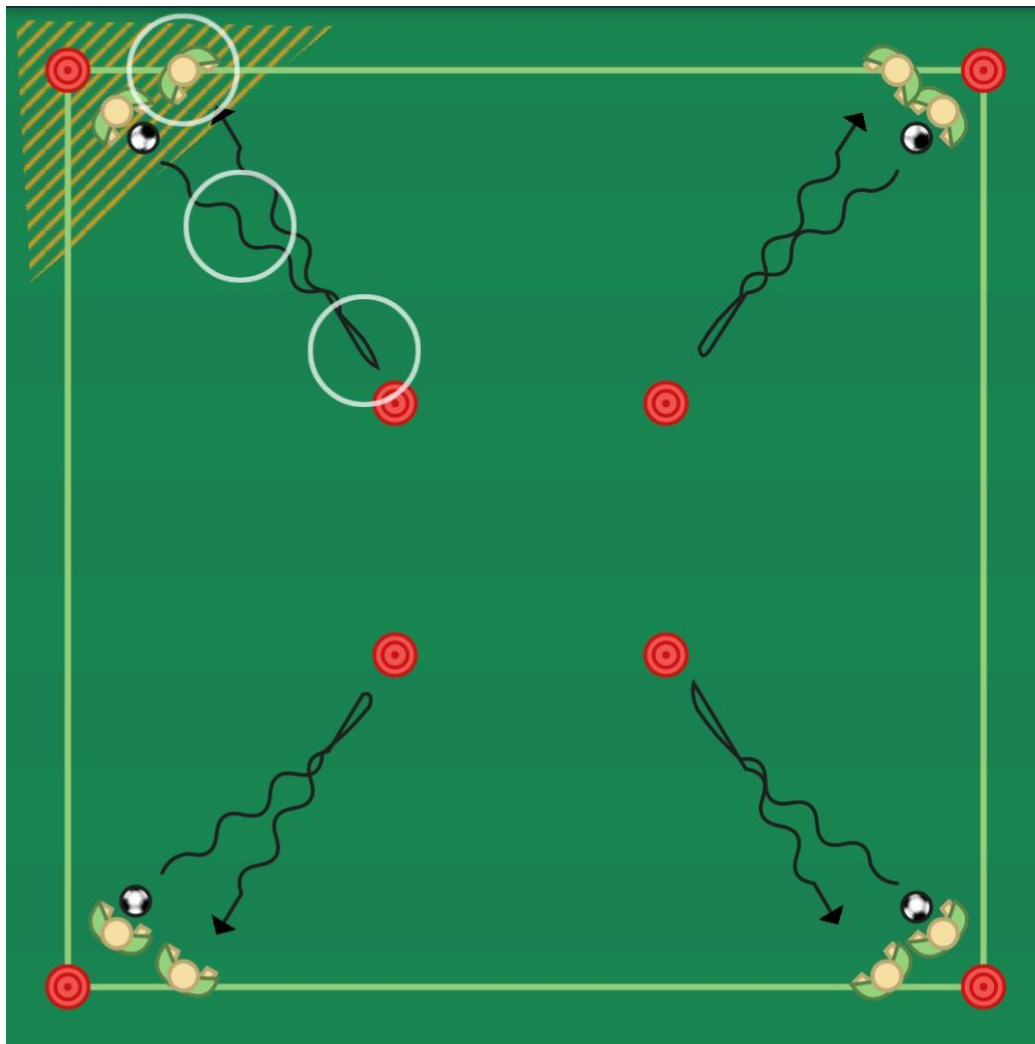




Rödsla BK

Syfte: Driva och vända med bollen



Basfärdigheter 13

10 x 10m 1 boll / 2 spelare

Anvisningar: Spelare A driver sin boll mot konen och vänder och driver tillbaka och lämnar över bollen till spelare B som gör likadant osv. Se till att göra vändningen med bägge fötterna.

Variation: Låt spelarna driva runt konen istället för att vända vid den. Byt sätt att vända vid varje omgång. Låt spelarna efter vändning vid mittkonen passa bollen till medspelaren.