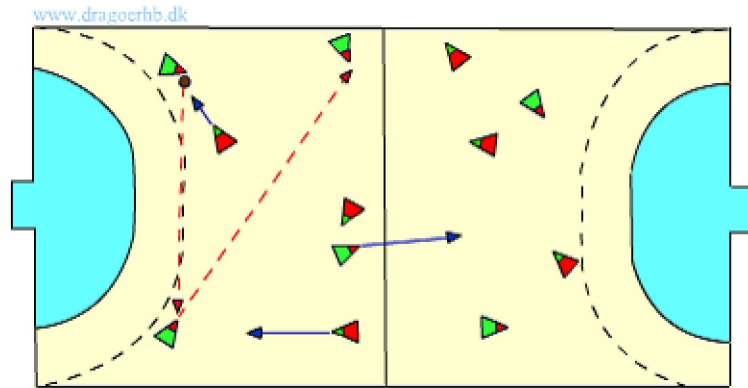


Skriv ut

Stäng fönstret

Spel till målgården



2 lag mot varandra.
Hela planen används.
Man gör mål genom att lägga bollen i motståndarnas målgård.

Övningen startar med uppkast i mitten (domarkast).
Vid frikast ska motståndarna befinna sig 3 m från bollenhavaren.
Det gäller nu att spela bollen framåt och få den till motståndarnas målgård.
Kan man inte spela framåt får bollen spelas bakåt.
3-stegsregeln och regeln för dubbelstuds gäller.

Dock gäller följande: bollen erövras av motsatt lag om bollhållaren vidröres innan han passat bollen vidare.
Bryter man passningsbanan får man givetvis också behålla bollen.
När bollen erövrats startar spelet med frikast.

Om ett lag faller för frestelsen att stanna vid egen målcirkel kan man lägga till att om man passat bollen mellan varandra 10 ggr är det värt ett mål.

Vi kallar den: _____

Kommentarer: