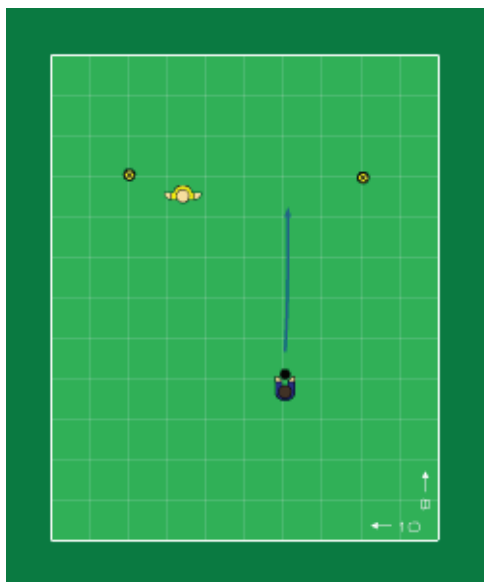


Spelarlyftet; Mv. Fallteknik - markbollar

Egen övning



[1]

Praktisera (Organisation - Anvisning):

2 o 2

Inläring (Vad - Varför - Hur):

mv.1 skjuter en boll på marken vid sidan av mv. 2. Mv 2 slänger sig ned och greppar bollen.

Variationer: