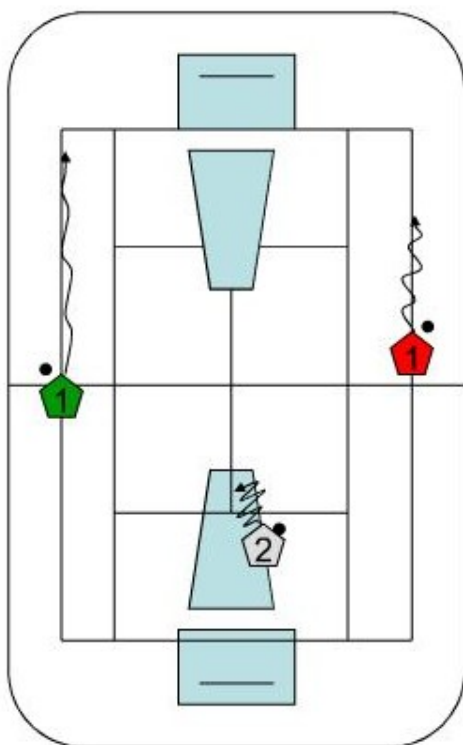


# ① Tekniklinjerna

**Kategori:** Grundövning

**Svårighetsgrad:**

lätt



## Instruktion:

Varje spelare har var sin boll och springer runt i hallen och dribblar över linjerna. Antingen följer man sin färg eller så springer man runt och byter.

Du som tränare kan genom att blåsa i pipan variera spelarnas riktning.

Ex, visselsignal = byt färg eller byt håll.

Man kan även variera 1 eller 2 händer på klubban, eller att lägga in en snurrfint eller en fottfint vid visselsignal.

Låt fantasin styra!

## Teckenförklaring

|                                                                                     |              |                                                                                      |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|  | SPELARE      |  | PASSNING      |
|  | SKOTT/AVSLUT |  | LÖP UTAN BOLL |
|  | RETUR        |  | LÖP MED BOLL  |
|  | KON          |  | BOLL          |