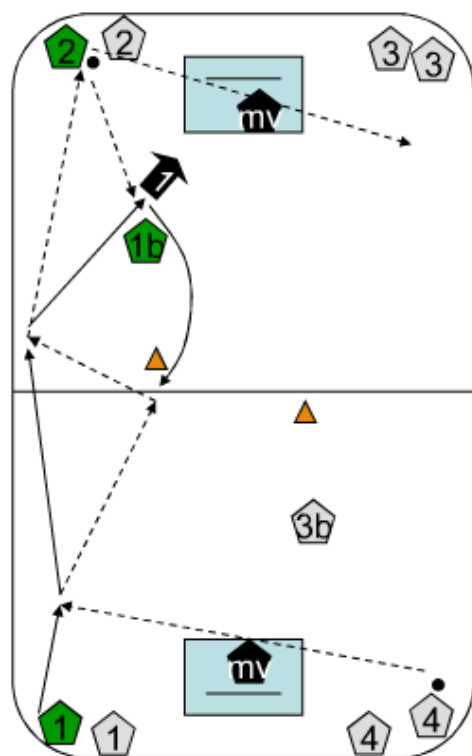


Passningsspel med flera moment

Kategori: Komplex övning

Svårighetsgrad:

krävande



Instruktion:

Spelare 4 och 2 startar övningen med att slå passning till 1 och 3. 1 (och 3) slår en direktpassning till 1b (som nyss tagit avslut), 1 får tillbaka bollen, passar vidare till 2, får tillbaka och går på direktavslut (1).

2 och 4 ska först starta övningen och därefter vägga bollen tillbaka till 1 och 3, innan de byter led.

Övningen tränar passningsspel i högt tempo, med flera moment efter varandra.

Ledbyte: 1-1b-2-3-3b-4-1

Teckenförklaring

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