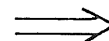
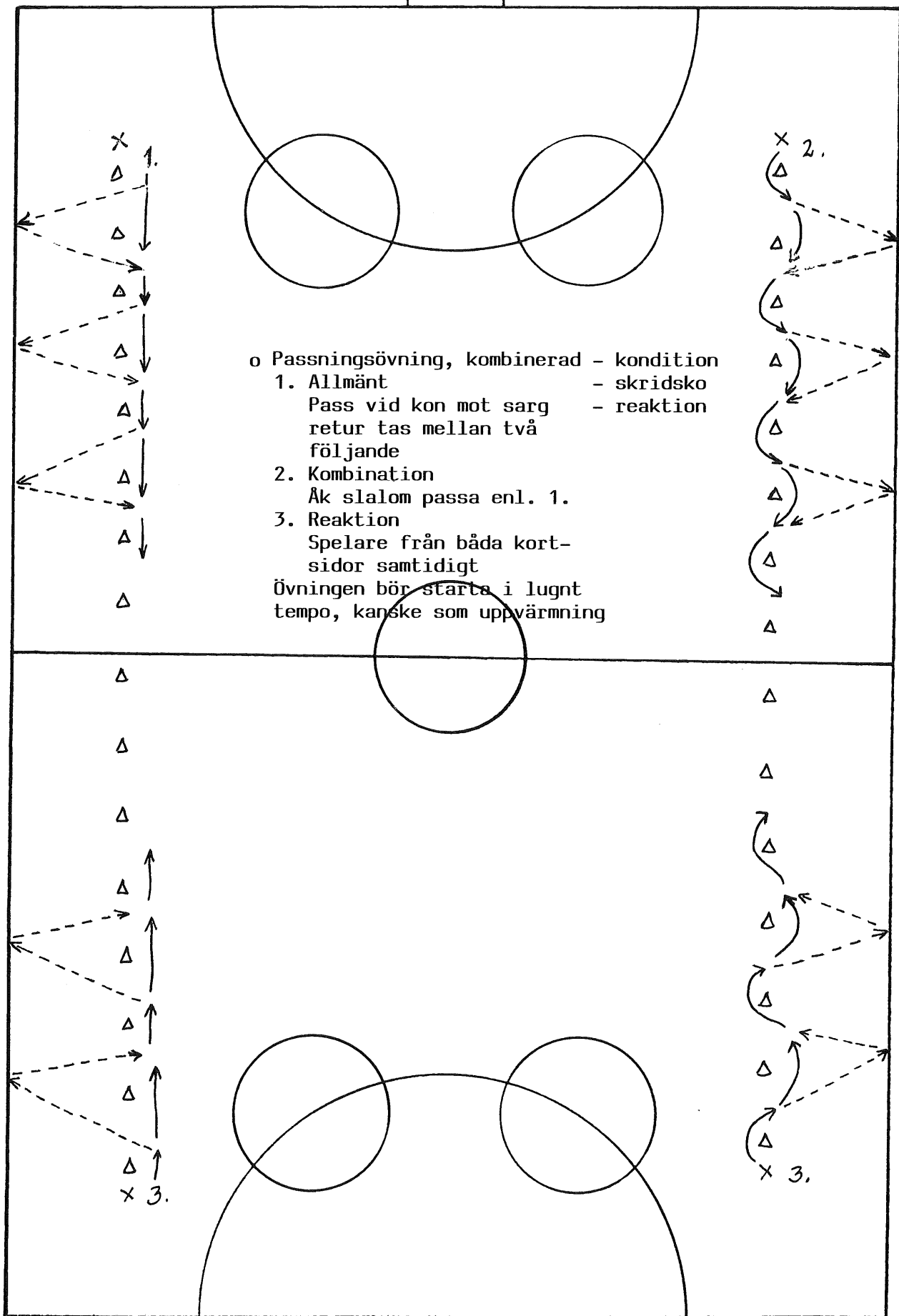


- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



- ⇒ Skott
- Boll
- x Anfallare
- Försvare

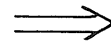
- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



Passningsövning

Teckenförklaring:

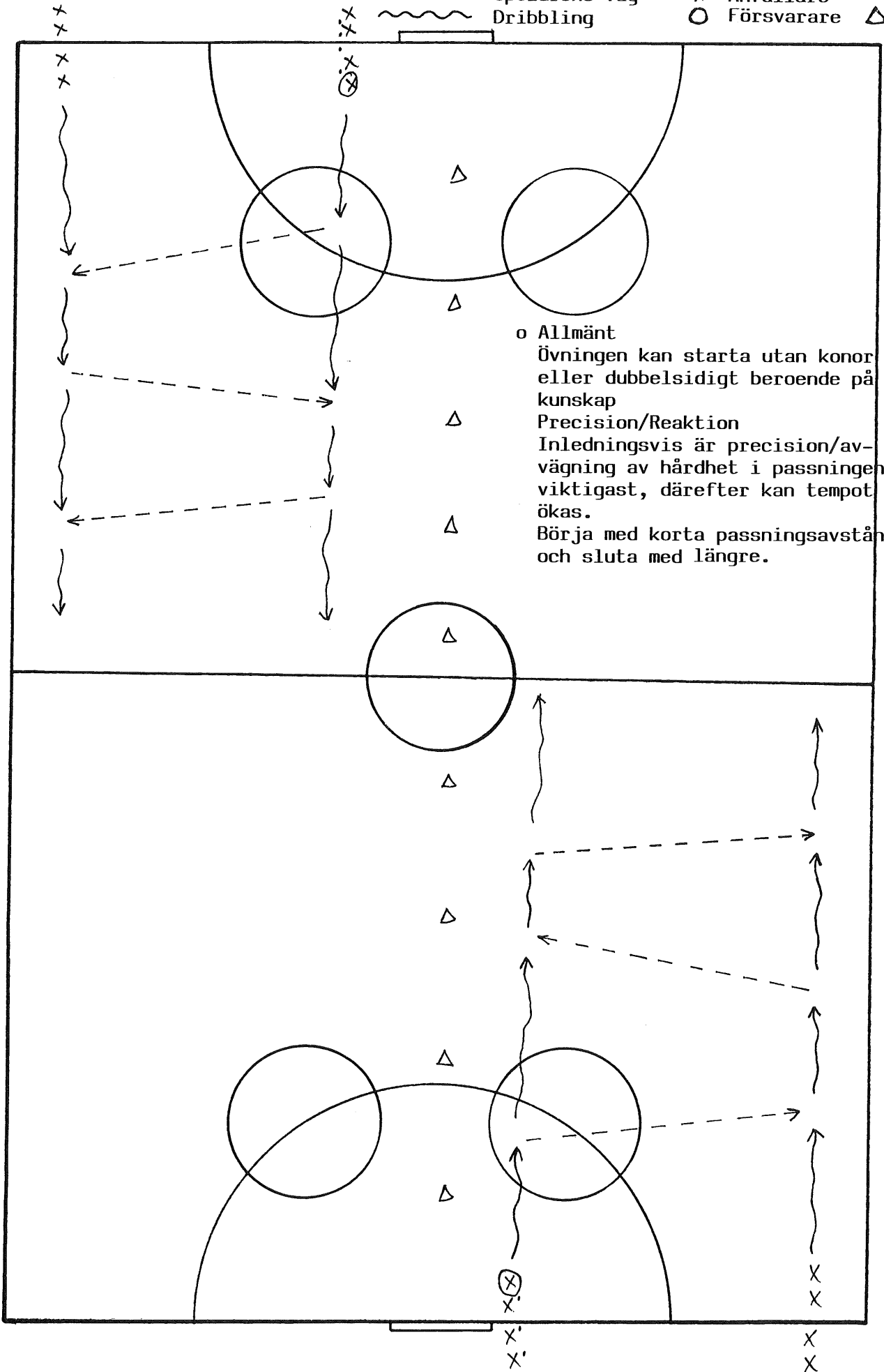
- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



- ⇒ Skott
- Boll
- x Anfallare
- Försvare

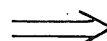
20.

- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



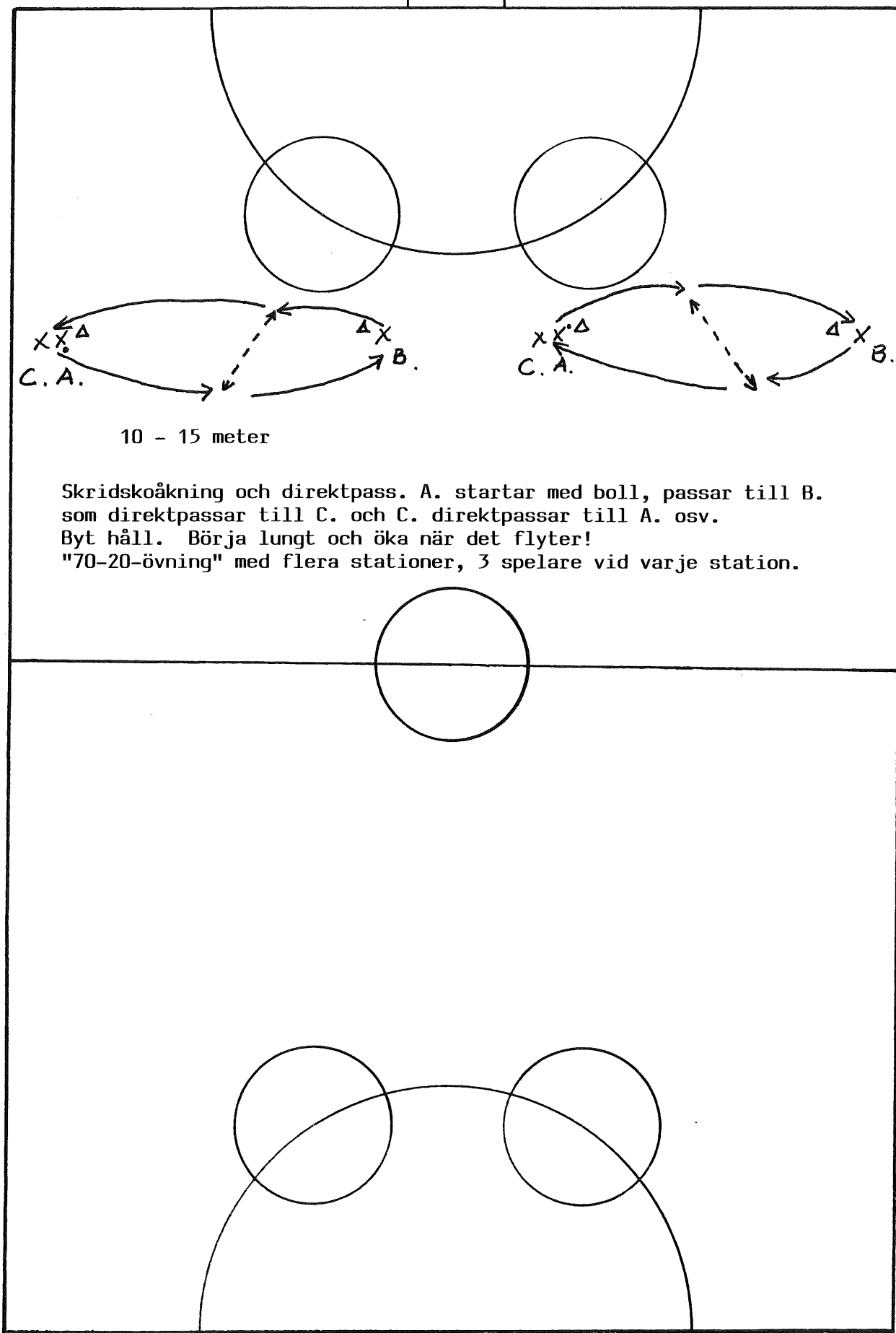
o Allmänt
 Övningen kan starta utan konor
 eller dubbelsidigt beroende på
 kunskap
 Precision/Reaktion
 Inledningsvis är precision/av-
 vägning av hårdhet i passningen
 viktigast, därefter kan tempot
 ökas.
 Börja med korta passningsavstånd
 och sluta med längre.

- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



- Skott
- Boll
- x Anfallare
- Försvarare

- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



Passningsövningar

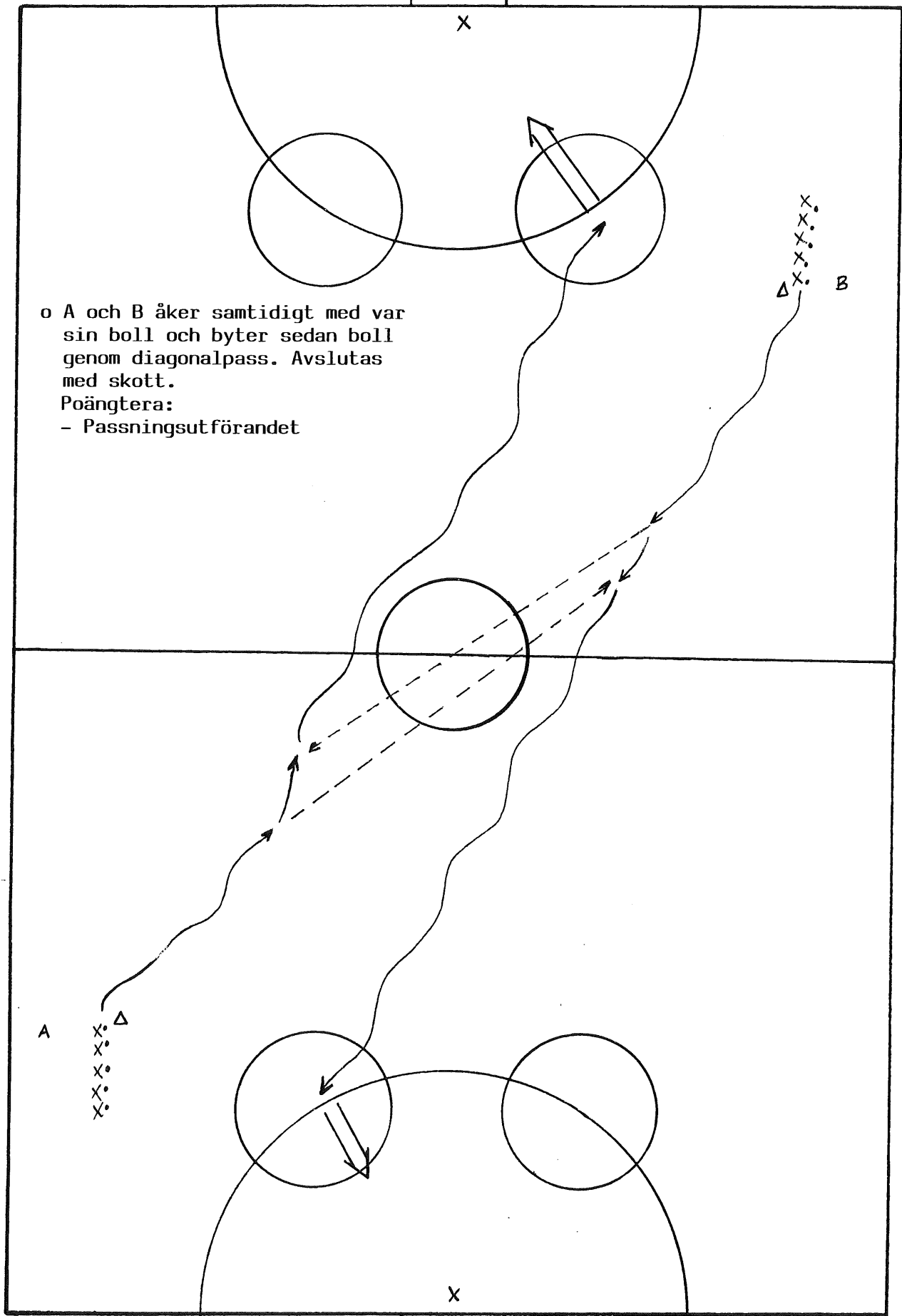
Teckenförklaring:

- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling

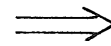
- ⇒ Skott
- Boll
- x Anfallare
- Försvare

22.

- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



o A och B åker samtidigt med var sin boll och byter sedan boll genom diagonalpass. Avslutas med skott.
 Poängtera:
 - Passningsutförandet



----- Bollens väg

• Boll

⊗ Bollhållare

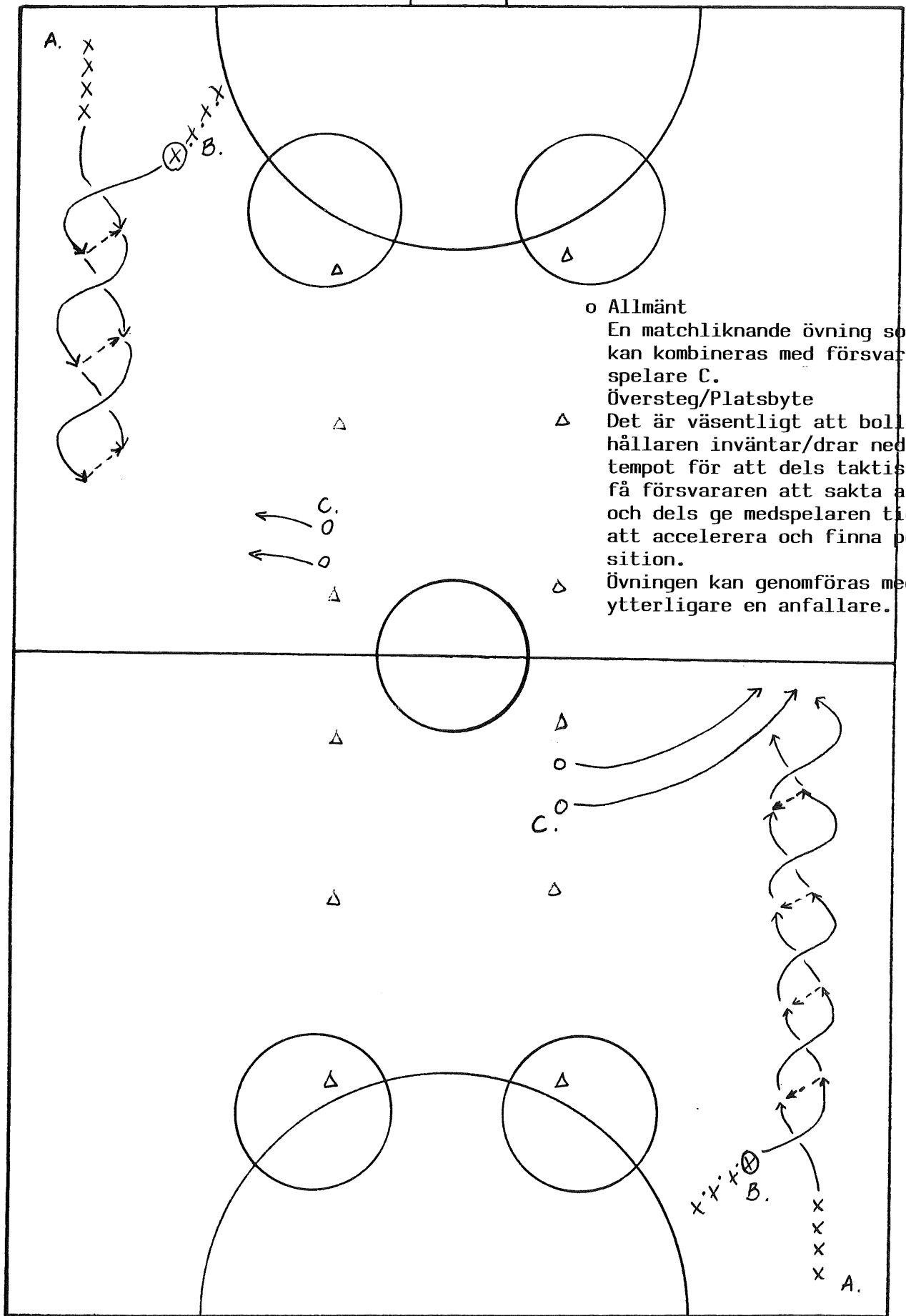
———— Spelarens väg

x Anfallare

△ Kon

~~~~~ Dribbling

○ Försvarare



o Allmänt

En matchliknande övning som kan kombineras med försvarsspelare C.

Översteg/Platsbyte

△ Det är väsentligt att bollhållaren inväntar/drar ned tempot för att dels taktiskt få försvararen att sakta av och dels ge medspelaren tid att accelerera och finna position.

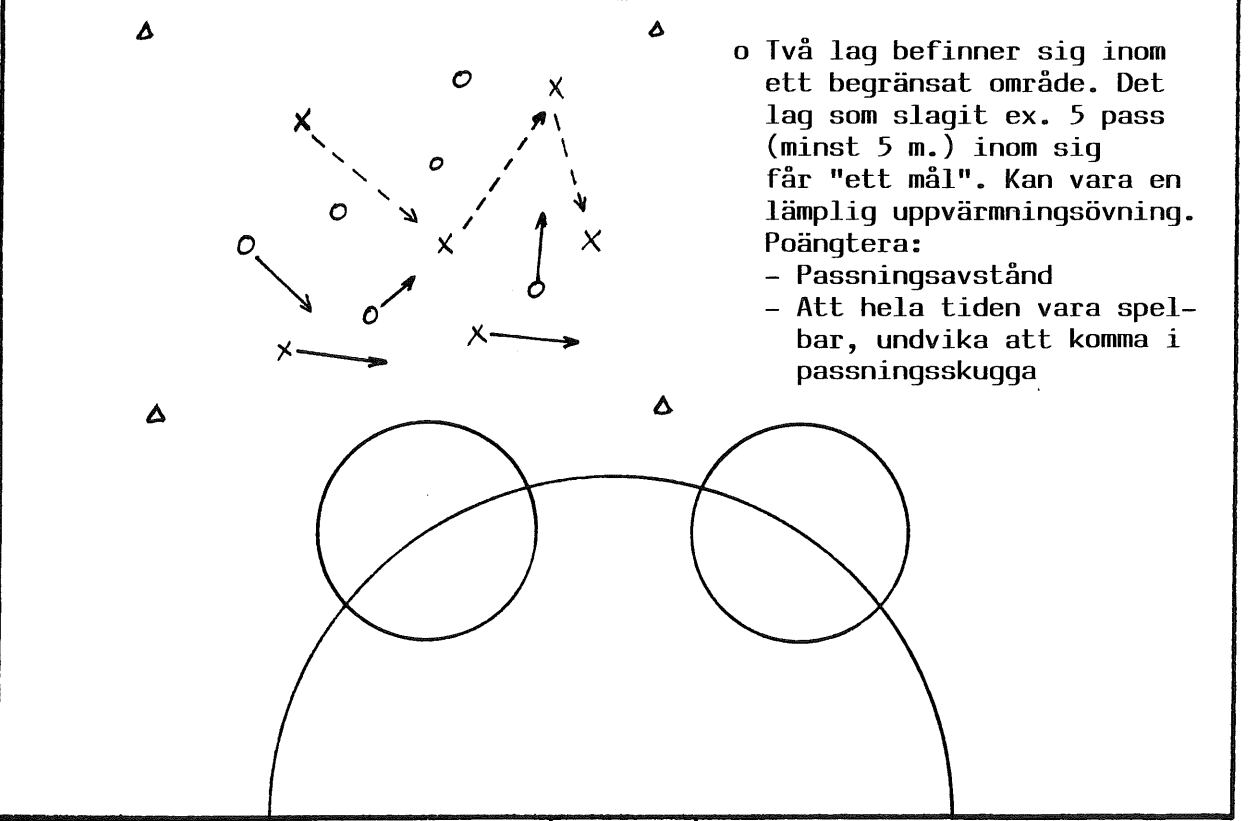
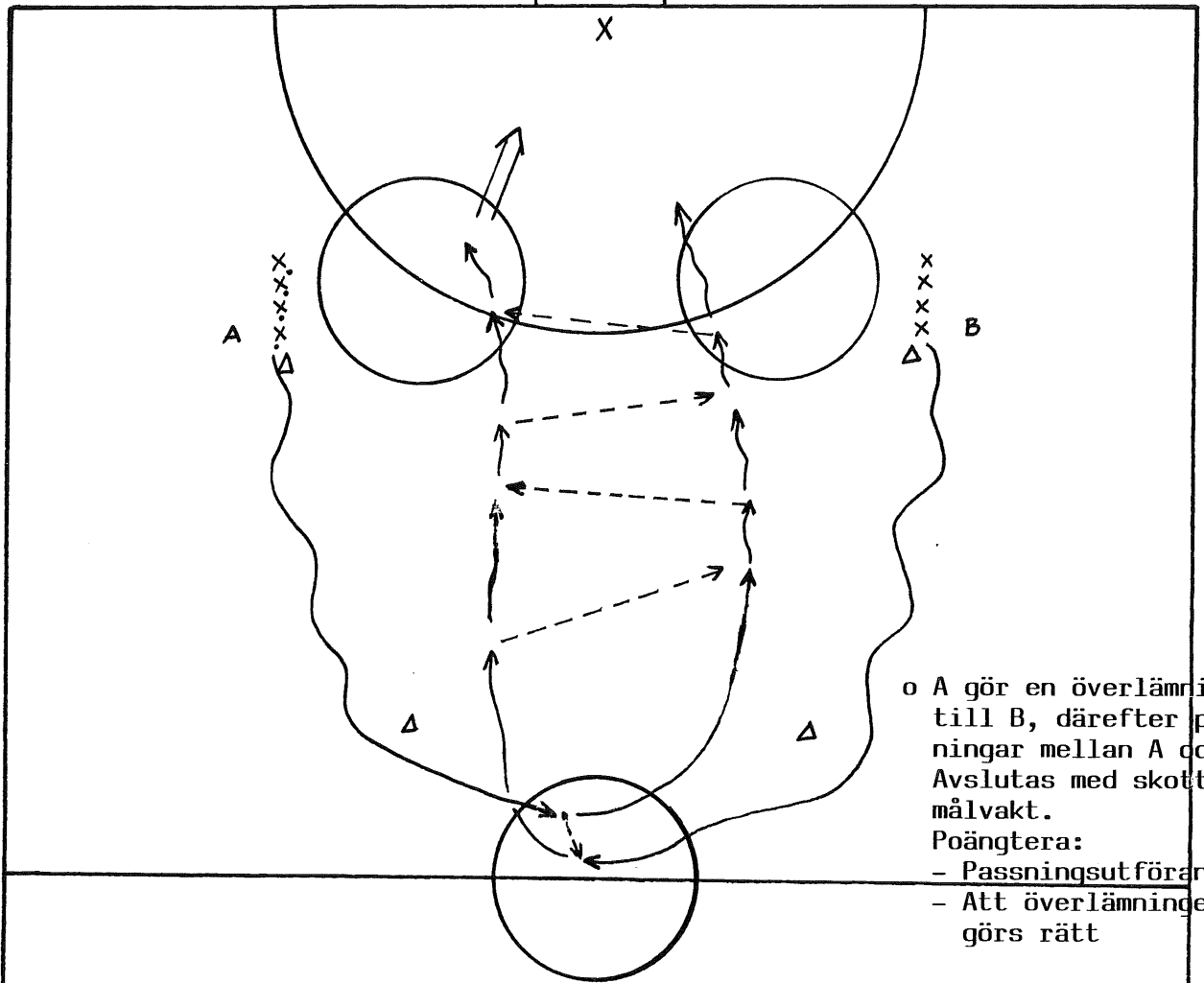
△ Övningen kan genomföras med ytterligare en anfallare.



- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling

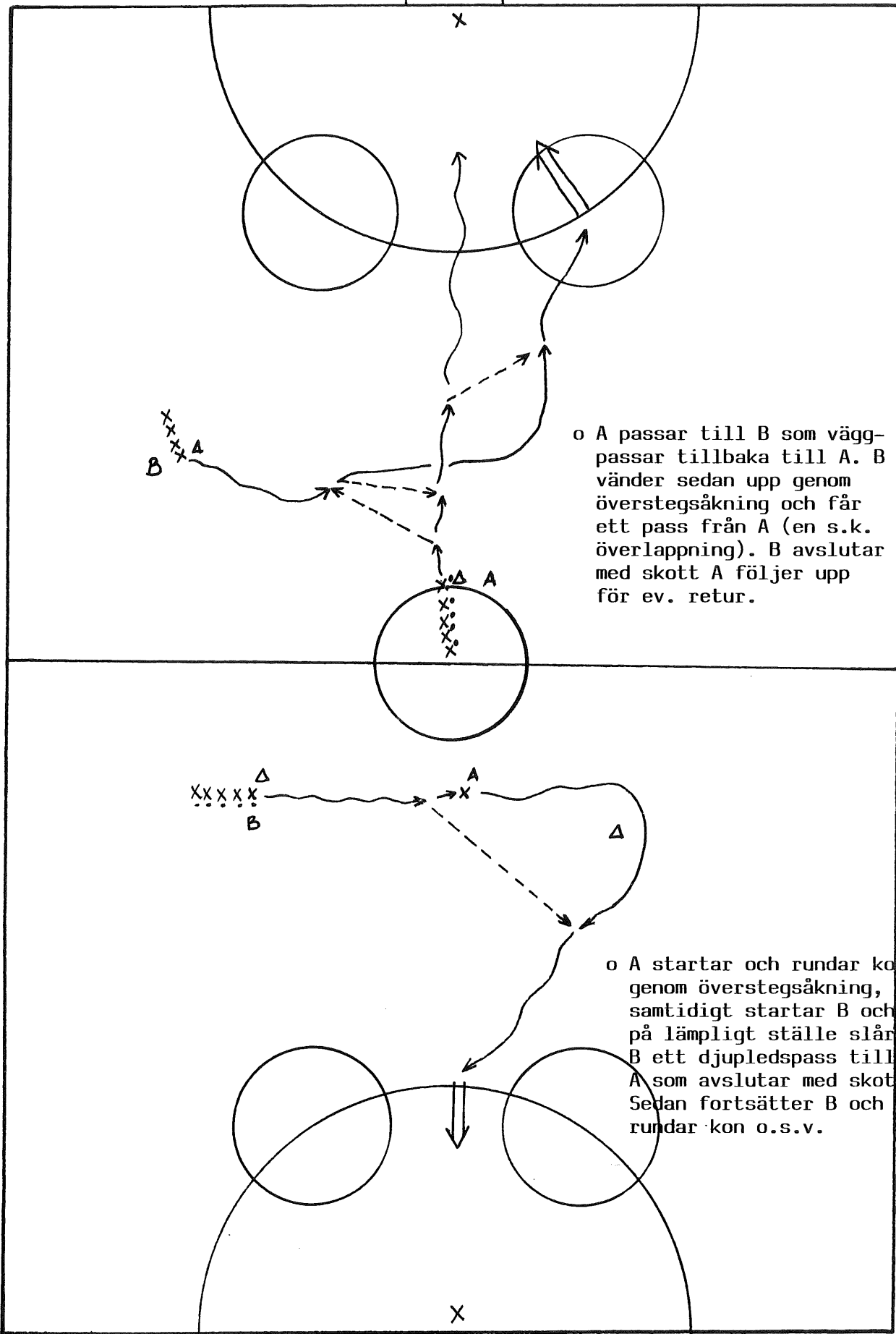
- Boll
- x Anfallare
- Försvarare

- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling

- Boll
- x Anfallare
- Försvare
- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



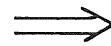
o A passar till B som väggpassar tillbaka till A. B vänder sedan upp genom överstegsåkning och får ett pass från A (en s.k. överlappning). B avslutar med skott A följer upp för ev. retur.

o A startar och rundar kon genom överstegsåkning, samtidigt startar B och på lämpligt ställe slår B ett djupledspass till A som avslutar med skott. Sedan fortsätter B och rundar kon o.s.v.

Passningsövning

Teckenförklaring:

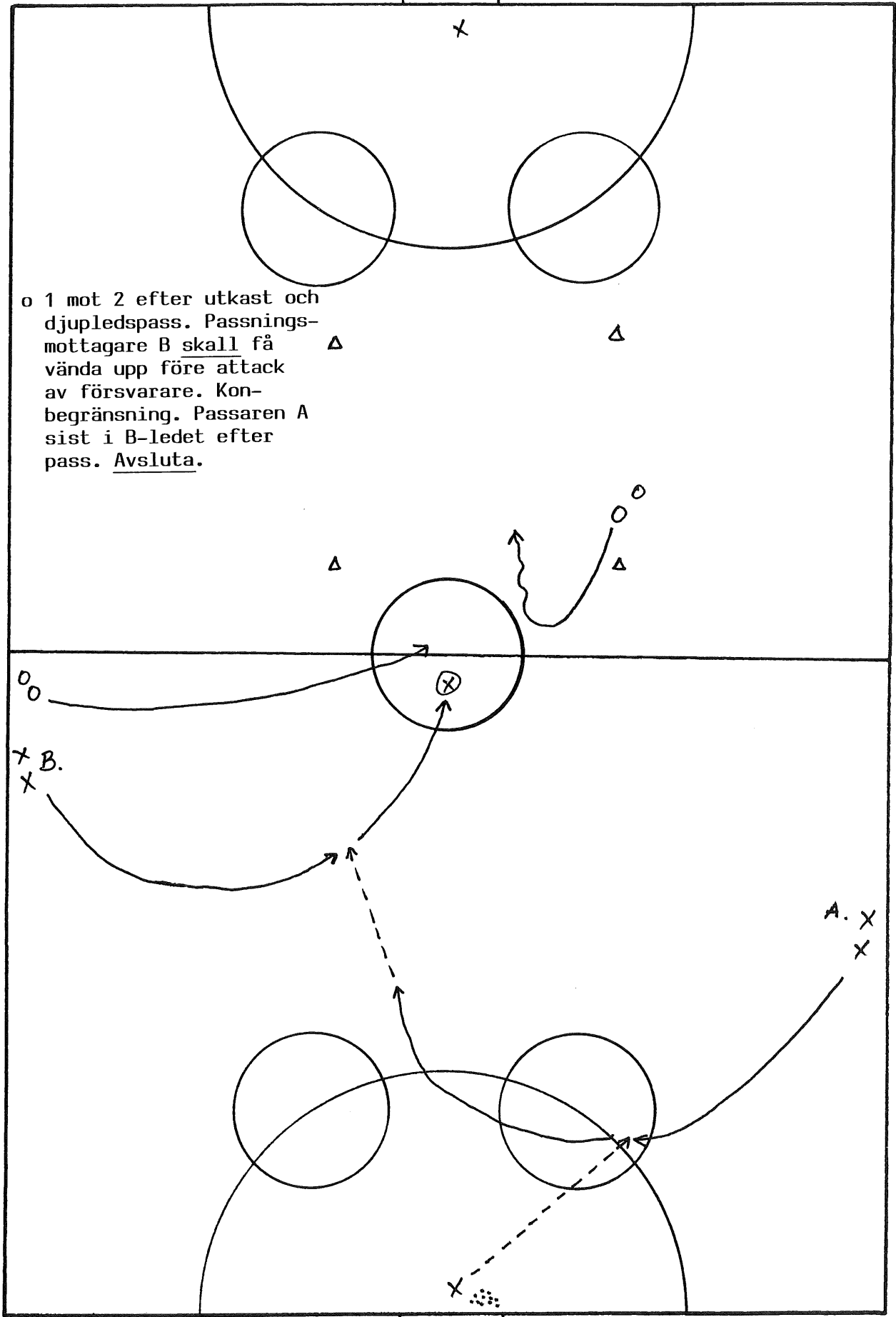
- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



Skott 26.

- Boll
- x Anfallare
- Försvare

- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



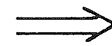
o 1 mot 2 efter utkast och djupledspass. Passningsmottagare B skall få vända upp före attack av försvarare. Konbegränsning. Passaren A sist i B-ledet efter pass. Avsluta.



Passningsövning

Teckenförklaring:

- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling

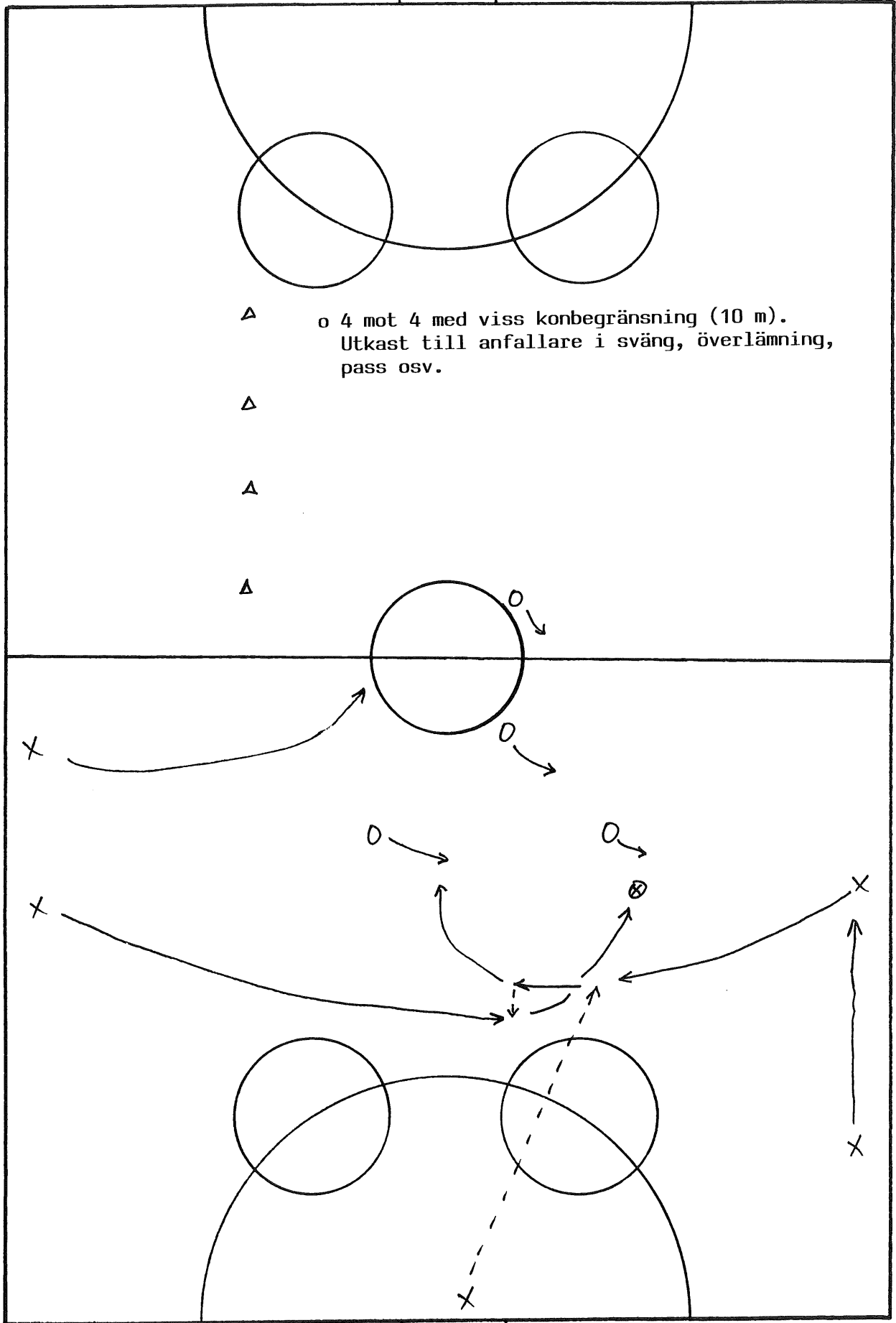


Skott 27.

- Boll
- x Anfallare
- Försvare

⊗ Bollhållare

△ Kon



△ o 4 mot 4 med viss konbegränsning (10 m).  
Utkast till anfallare i sväng, överlämning,  
pass osv.

△

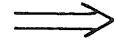
△

△

Passningsövning

Teckenförklaring:

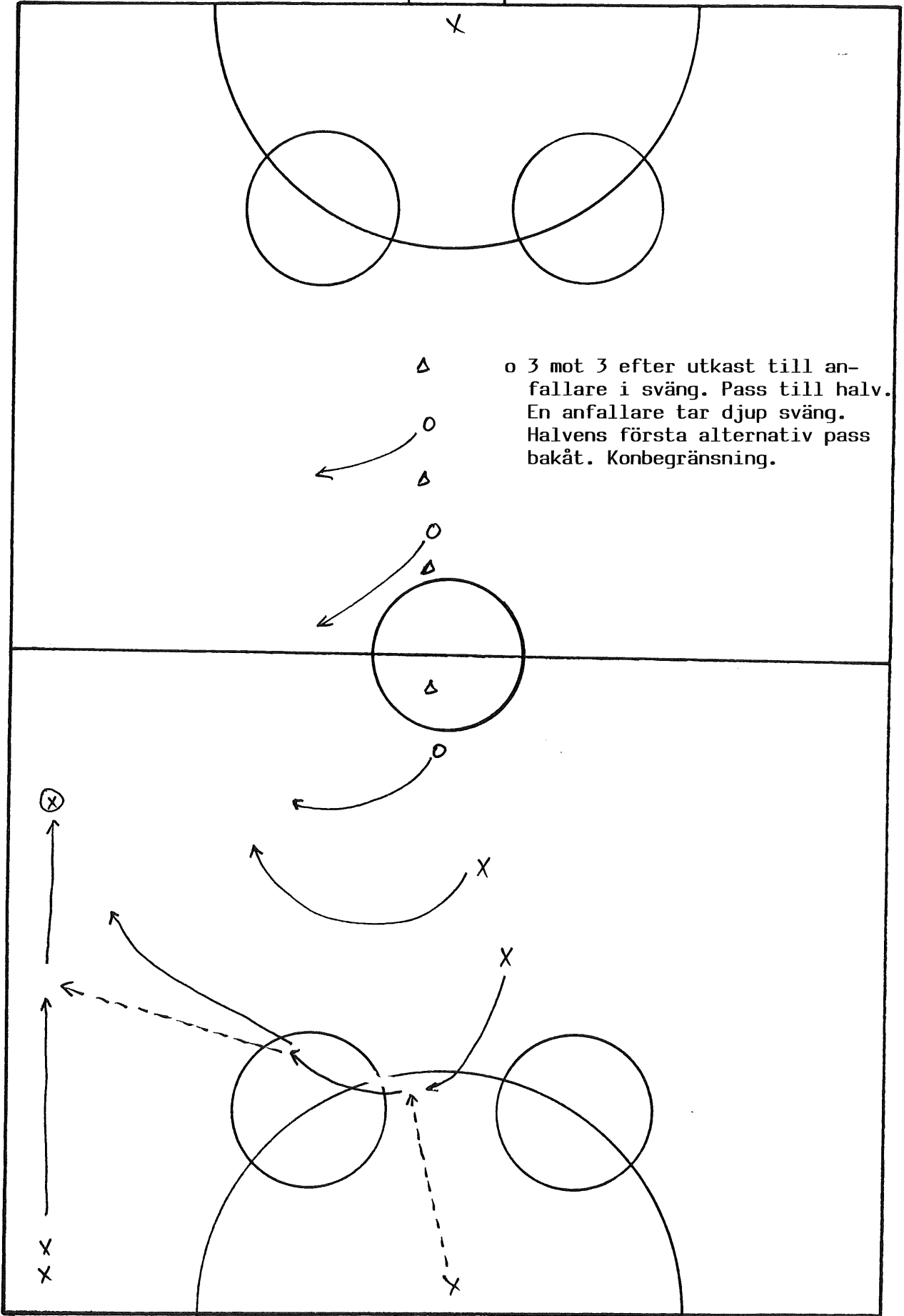
- Bollens väg
- ===== Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



Skott 28.

- Boll
- x Anfallare
- Försvare

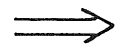
- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



Passningsövning

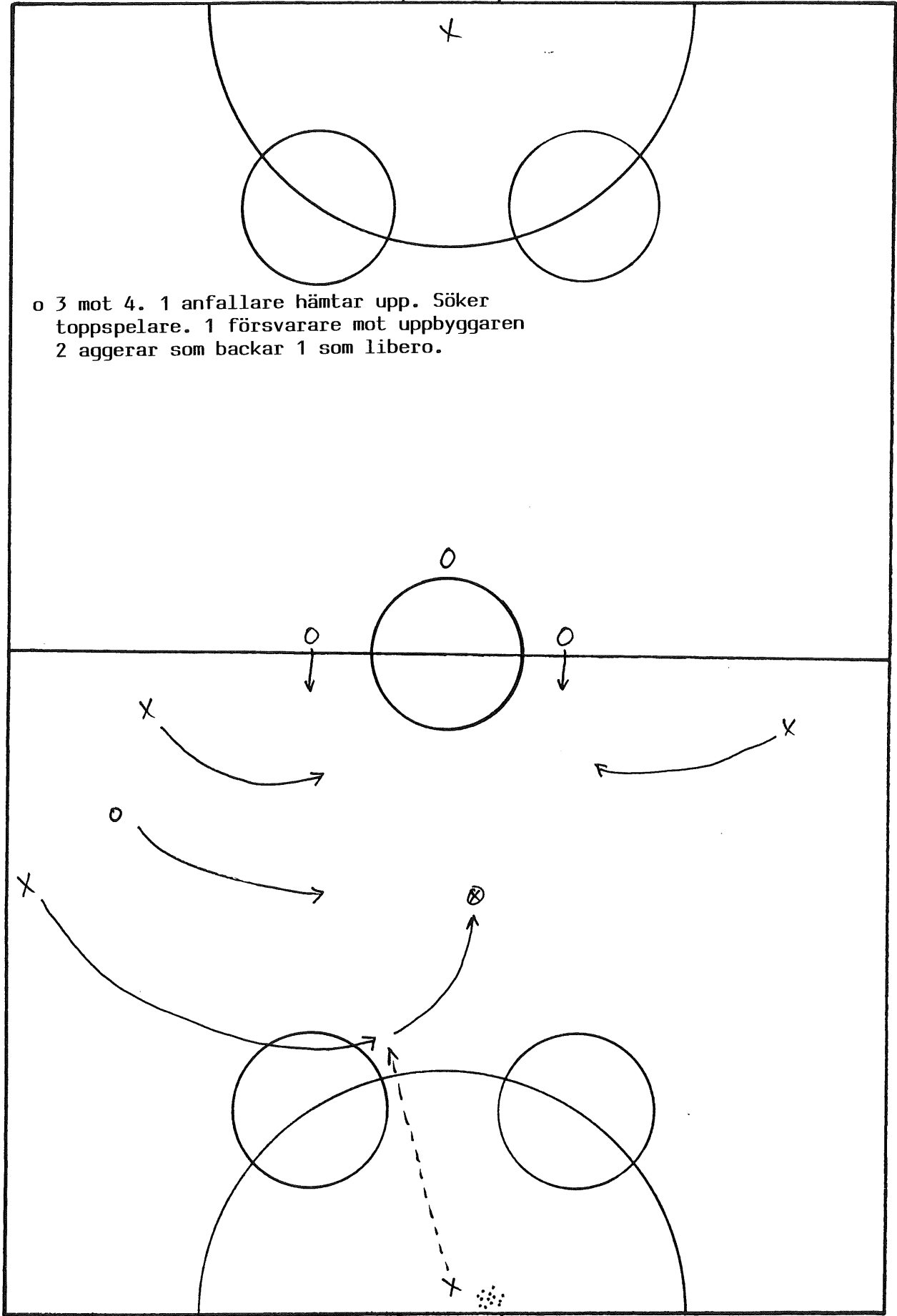
Teckenförklaring:

- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



Skott 29.

- Boll
- x Anfallare
- Försvare
- ⊗ Bollhållare
- △ Kon



o 3 mot 4. 1 anfallare hämtar upp. Söker toppspelare. 1 försvarare mot uppbyggaren 2 aggerar som backar 1 som libero.

Passningsövning

Teckenförklaring:

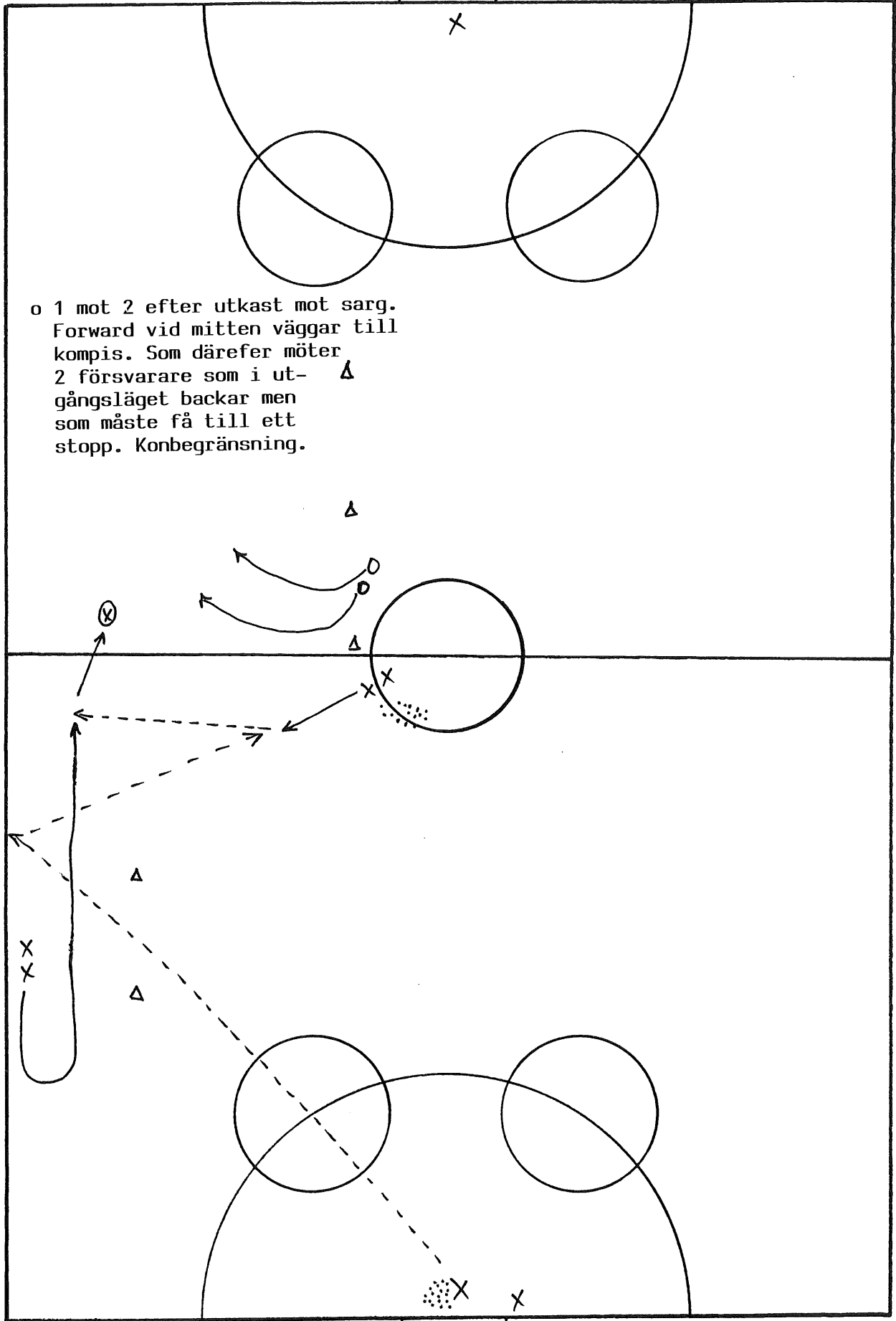
- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



Skott 30.

- Boll
- x Anfallare
- Försvarare

- ⊗ Bollhållare
- △ Kon

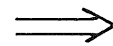


o 1 mot 2 efter utkast mot sarg.  
 Forward vid mitten väggar till  
 kompis. Som därefter möter  
 2 försvarare som i ut-  
 gångsläget backar men  
 som måste få till ett  
 stopp. Konbegränsning.

Passningsövning

Teckenförklaring:

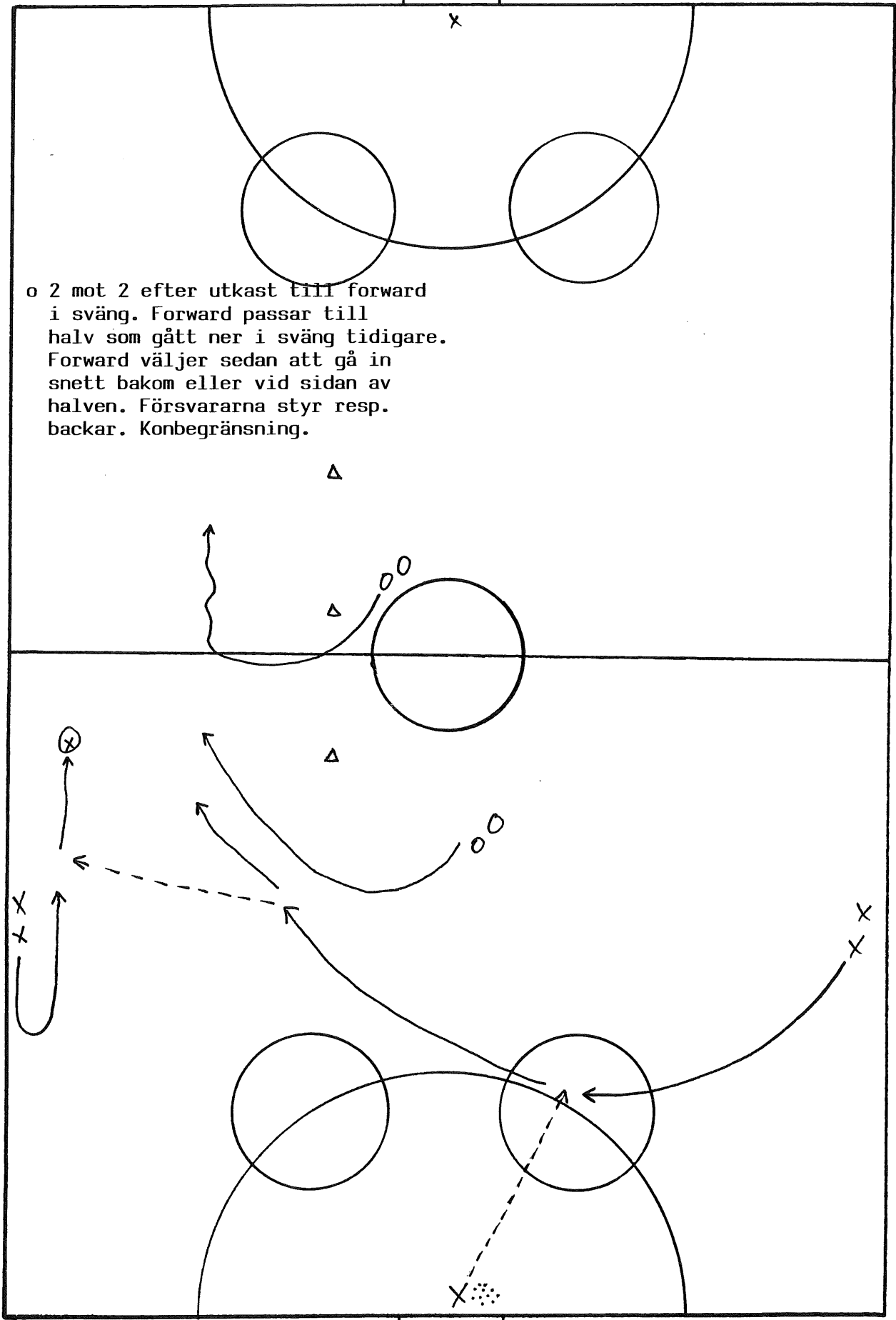
- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



Skott 31.

- Boll
- x Anfallare
- Försvare
- ⊗ Bollhållare
- △ Kon

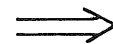
o 2 mot 2 efter utkast till forward i sväng. Forward passar till halv som gått ner i sväng tidigare. Forward väljer sedan att gå in snett bakom eller vid sidan av halven. Försvare styr resp. backar. Konbegränsning.



Passningsövning

Teckenförklaring:

- Bollens väg
- Spelarens väg
- ~~~~~ Dribbling



Skott 32.

- Boll
- x Anfallare
- Försvare

- ⊗ Bollhållare
- △ Kon

o 2 mot 2 efter utkast och väggpass. 1 försvarare upp i rygg på "väggaren" △ backar sedan. Den andra försvararen trycker på anfallaren i djupled. Två målvakter kastar. Anfallarna byter upp-gifter. Begränsa ytan med konor.

