



SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS
TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING

SKARVA VÄNDA VINKLA - FT

Vad?

Fotarbete

Varför?

Ha med bollen i FT. Jobba med att inte spela tillbaka utan flytta bollen i nya riktningar.

Hur?

Passning in i mitten, den centrale spelaren ska vinkla bollen till ny medspelare utanför. Flytta fötterna rätt. Eller finta genom att rikta överkroppen åt en sida och vänd snabbt. Eller följ med rakt över.

Organisation

5 spelare. 10 x 10 meter.

Anvisningar

Spela in i mitten, passa vidare till ny kamrat. Byte efter 1 min.

