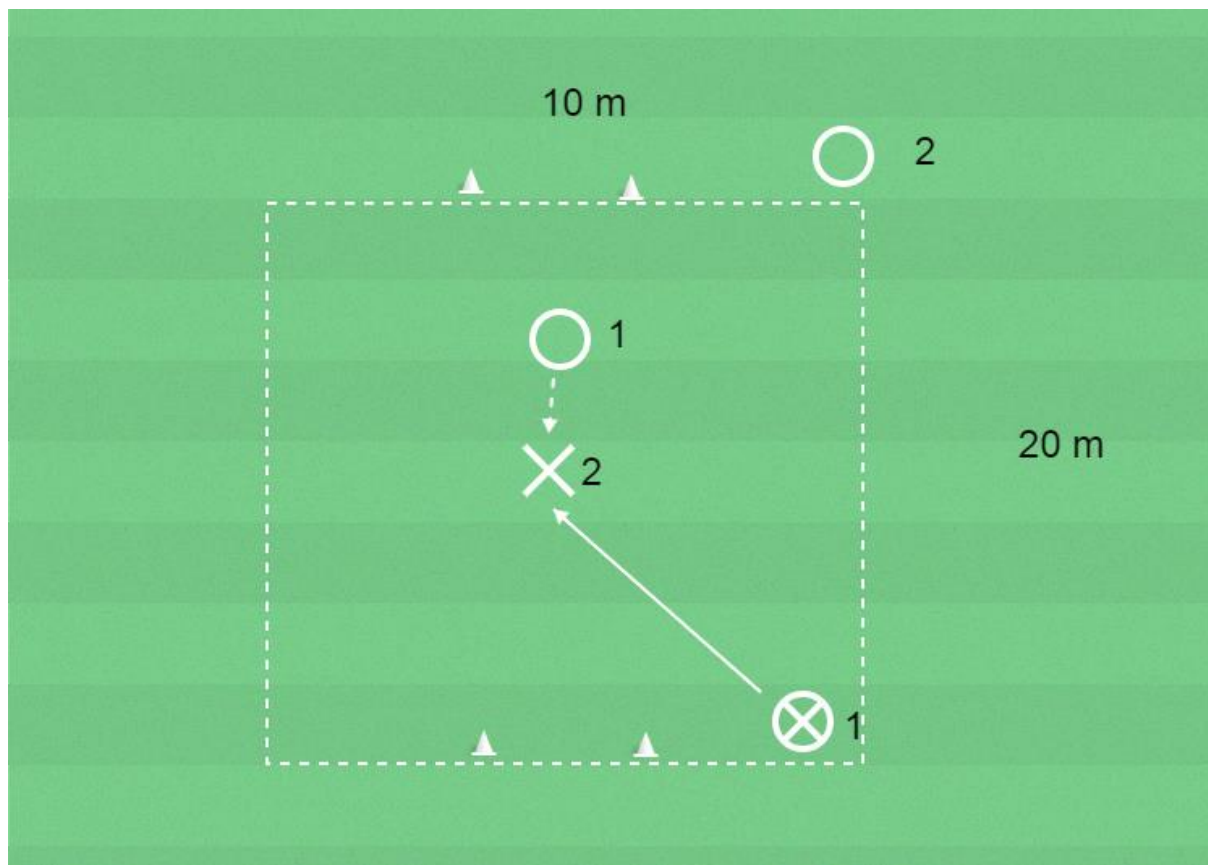


Press



Organisation

4 spelare, yta 20 x 10 meter, bollar, koner och västar.

Anvisningar

Spel 1 mot 1. X1 passar till X2 som är felvänd. O1 pressar X2 för att erövra bollen. X2 får använda X1 för tillbakaspel.

Övningen vänder från lag 0 när O1 erövat bollen, när X2 gjort mål eller när bollen hamnat utanför planen.