

Namn: 5v3 Spelvändning

Nr:

Typ av övning:

Spelvariation

Svårighetsgrad:

4/5

Syfte med övningen:

Spelvändning

Numerärt överläge

Direktskott

Speldjup

Instruktion:

3 Spelare Per lag

1st Offensiva väggar bakom

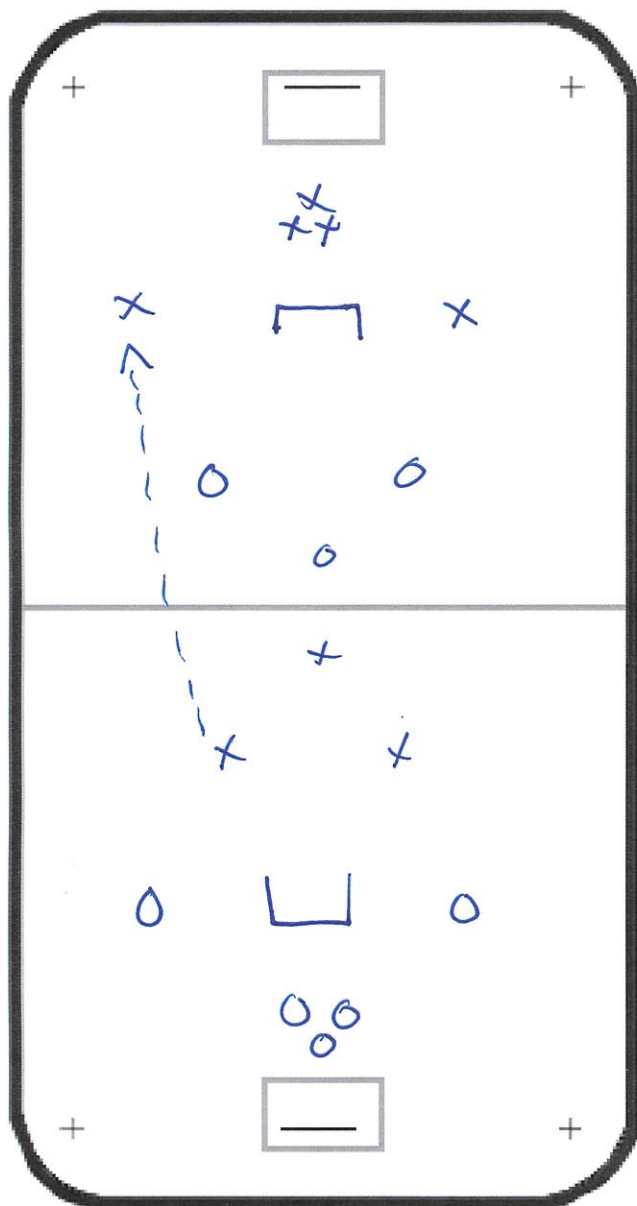
motsatt mål vid varsin sida

Au bytarna bakom mål.

Vi vill använda väggarna så mycket som möjligt.

Så fort man vinner boll är målet att snabbt få en djup passning till vägg för att sedan få instick och direktskott.

Styr gärna byten för att lära sig byta vid rätt tillfälle  
Vi vill byta i anfall



Namn: 5v3 Spelvändning

Nr:

Typ av övning:

Spelvariation

Svårighetsgrad:

4/5

Syfte med övningen:

Spelvändning

Numerärt överläge

Direktskott

Speldjup

Instruktion:

3 Spelare Per lag

2st Offensiva väggar bakom

motsatt mål vid varsin sida

Au bytarna bakom mål.

Vi vill använda väggarna så mycket som möjligt.

Så fort man vinner boll är målet att snabbt få en djup passning till vägg för att sedan få instick och direktskott.

Styr gärna byten för att lära sig byta vid rätt tillfälle  
Vi vill byta i anfall