

Bli en bättre skytt - skottclinic med Fredrik Lundkvist

Denna clinic riktar sig till dig som vill få tips och råd på hur du på egen hand kan jobba med ditt eget skott. Fredrik Lundkvist har jobbat med flera landslagsspelare och har en lång erfarenhet av skotträning.

Alla som spelar basket vet att inget skott är exakt likadant som ett annat. Om du tar skottet från studs, om du får en passning, om du är i rörelse, om du har en försvarare nära dig – allt spelar roll för chanserna att du ska sätta ditt skott. Dessutom har ingen människa exakt samma fysik – men ändå är det många som lär ut att skottekniken ska vara exakt likadan för alla i alla lägen.

Fredrik Lundkvist har i många år studerat och fördjupat sig i det framgångsrika skottets gemensamma principer och faktorer som utmärker att en viss skottrörelse är mer effektiv och framgångsrik än en annan.

<https://youtu.be/psa5F1ZKDpw>