### **Laguppställning: Formation 3-4-3**

* **Målvakt (1 spelare):**
	+ Snabb och reaktionsstark målvakt med god kommunikation.
* **Försvarare (4 spelare):**
	+ **Ytterbackar (2 spelare):** Snabba och uthålliga spelare som kan stötta i anfall och snabbt falla tillbaka i försvar. Fysiskt starka och positionssäkra spelare som kan bryta anfall.
	+ **Mittback (1 spelare):** Stabil och positionssäker spelare som kan vinna luftdueller och läsa spelet. En snabb och spelintelligent spelare som kan täcka upp bakom mittbackarna och sätta igång spelet.
* **Mittfältare (4 spelare):**
	+ **Defensiv mittfältare (2 spelare):** Bollvinnare som är uthålliga och snabba spelare som både kan delta i anfall och återgå snabbt till försvar.
	+ **Centrala mittfältare (2 spelare):** En kombination av en defensiv spelare som skyddar försvaret och en kreativ spelfördelare med bra passningsspel som styr spelet framåt och länkar samman lagdelarna.
* **Anfallare (3 spelare):**
	+ **Yttrar (2 spelare):** Tekniska och snabba spelare som kan ta sig förbi försvarare och slå inlägg.
	+ **Central anfallare (1 spelare):** Stark avslutare med förmåga att hålla bollen och skapa ytor för andra.

### **Strategi: Balanserad med fokus på kontringar**

1. **Försvar:** Laget organiserar sig i en kompakt defensiv formation när motståndarna har bollen. Ytterbackarna håller linjen, medan mittfältet hjälper till att täcka ytor mellan försvar och mittfält. Målet är att vinna bollen genom samlade insatser.
2. **Anfall:** Vid bollvinst använder laget snabba omställningar genom yttrar eller centrala mittfältare. Spelarna letar efter lediga ytor, och centralanfallaren agerar spetsspelare eller bollmottagare för djupledsbollar. Tänk smart, passa hem för att
3. **Presspel:** Starta press högt på motståndarens planhalva när det är möjligt, särskilt efter förlorad boll. Se till att defensiva mittfältaren täcker ytor bakom pressande spelare.
4. **Kommunikation och rörlighet:** Spelarna uppmuntras att vara flexibla i sina positioner och kommunicera för att skapa trianglar för passningsalternativ.
5. **Byten och anpassning:** Vid behov kan formationen skifta till en mer defensiv 4-4-2 för att stänga ytor, eller en offensiv 3-4-3 om laget behöver jaga ett resultat.