



SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS
TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING

FÖRSVARSUPPSTÄLLNING 1-3-4-1 GRUNDPRESS

Vad?

Aktivering

Varför?

Vi vill erövra bollen så högt upp som möjligt

Hur?

Yttermittfältare är aktiva och beredda på att sätta hög press

Ytterbackar är redo för att markera högt upp om yttermittfältare sätter hög press

Inneryttfältare är noggranna med markering av motståndare

Mittback ansvarar för att bevaka centralt och ta ansvar för eventuell långboll

