

PASS 9

Datum

Sign

Sid. nr

1 (2)

### SPEL PÅ 1/2 PLAN ≈ 20 MIN

Spel med små mål

Målen ställs med "baksida mot baksida" och för att göra mål måste alla spelarna i laget vara på samma planhalva.

Ledere flyttar målen under spelets gång

Spel med vanliga mål + målvakt eller "sorgmålvakt"

Spel 4-4 men med en joker som alltid är med på ballförande lag. Kan vara bra att det är en ledare för att hjälpa till att hitta positionerna

### UPPÄRMINING PÅ 1/2 PLAN ≈ 10 MIN

Alla dribbla med ball och på signal göra en duvning som ledare visar

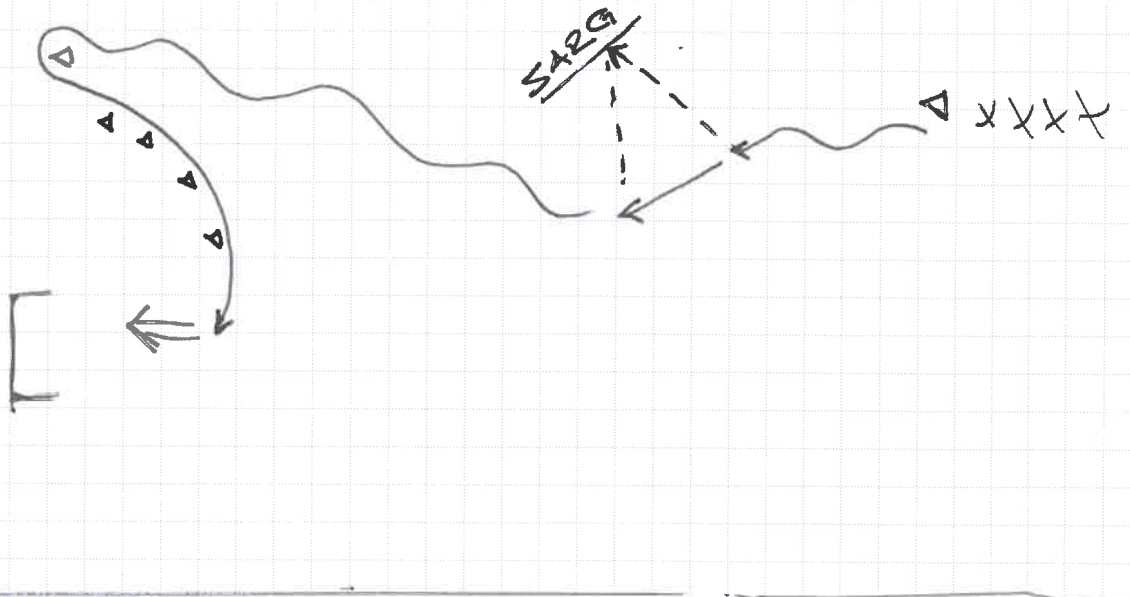
PASS 9

Datum	
Sign	
Sid. nr	2 (2)

1/4 Plan ≈ 30 MIN

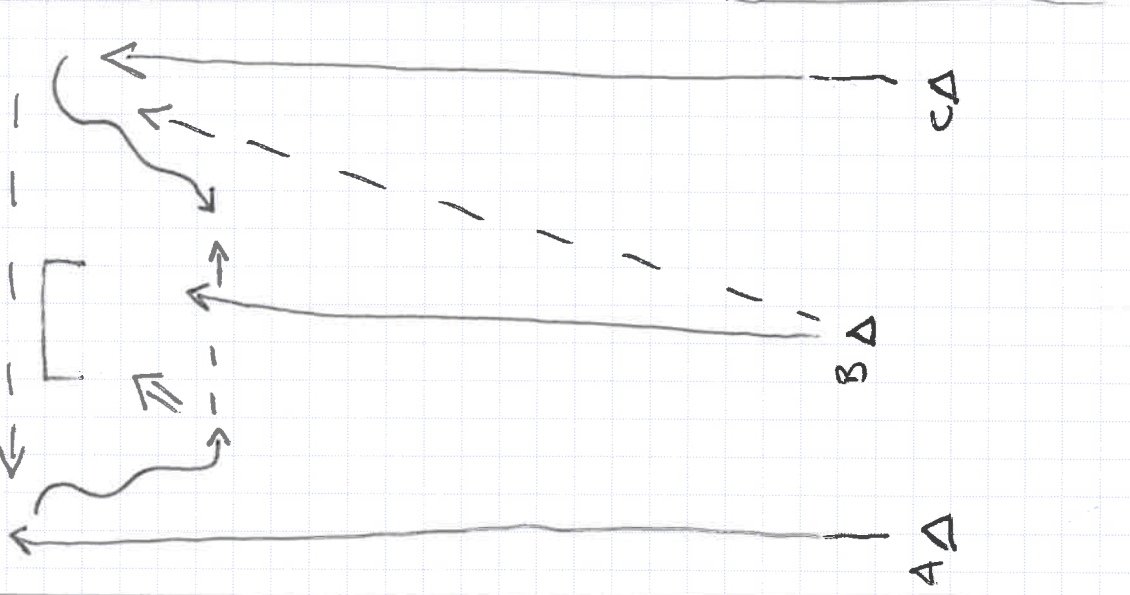
1/4 Plan

1. Spelare med boll gör sarg pass
2. Springer fort ner i bäge in mot mål
3. Avslut



1/2 Plan

1. B passer bollen till hörnet
2. C springer till boll, pass till A bakom mål
3. B blir försvarare
4. A sig in mot slottet skott eller pass till C



1/4 Plan

1. Spelare springer runt korn
2. Passning från ledare
3. Passa Ellbaka till L
4. Löpning och för passning
4. Fint förbi sarg, avslut

