



**SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS  
TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING**

## LEDIG YTA EFTER PASSNING

### Vad?

Kontring

### Varför?

Träna passning och mottagning med (litet) inslag av spelförståelse. Spela framåt - löp till ledig yta.

### Hur?

Spela centralt, vänd till motsatt sida. Löp till ledig yta.

### Organisation

4 per kvadrat. En i mitten, tre på varsin sida. Två bollar.

### Anvisningar

Spela centralt, vänd till motsatt sida. Löp till ledig yta. Central spelare kvar i en minut.

