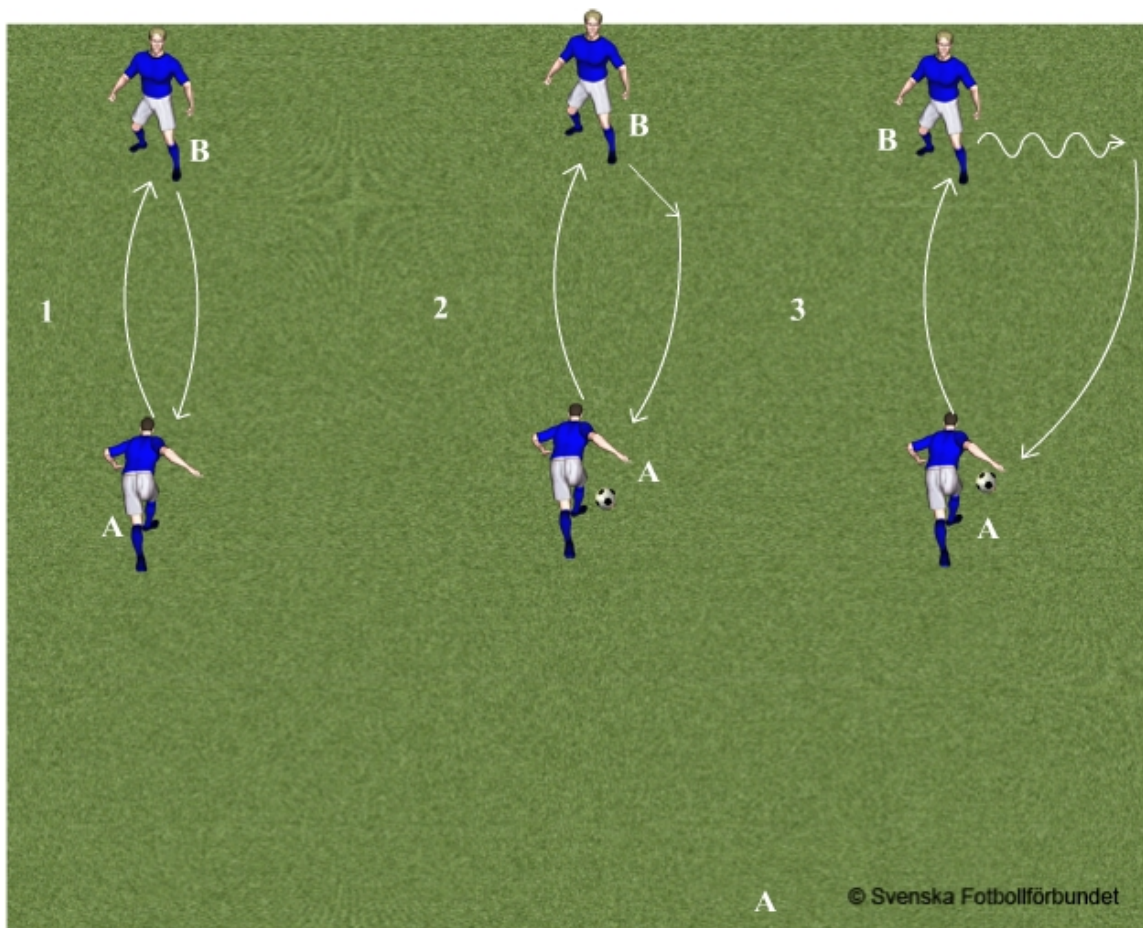


INSIDESPASSNING



Syfte

Passning – insidepassning.

Organisation

Avståndet mellan A och B varieras för att öva olika längd på passen och beroende på skicklighet.

Anvisningar

1.A passar bollen till B med fotens insida. B tar emot och passar bollen på samma sätt tillbaka.

Varianter

1.Direktspel.

2.Flytta bollen i sidled och passa bollen med andra tillslaget.

3.Ta med bollen ut i sidled ca 2 meter och spela bollen i ytterläget – åt båda håll.

Instruktionspunkter

- Insidepassning.