



# Rödsle BK

## INLÄGG EFTER SKOTT MED V LÖPNING INNAN AVSLUT

**Syfte** Inlägg efter skott.

**Organisation** 8-10 spelare samt målvakt.

**Anvisningar** A driver och skjuter, därefter springer A runt en kon och avslutar efter ett inlägg från B. D skjuter och C slår inlägg som D avslutar och så vidare. Byt inläggare efter en stund.

**Instruktionspunkter** - Inlägg. - Båglöpning. - Avslutning, skott eller nick.

### Antal deltagare

- Minsta antal: 9
- Max antal: 11

### Kategoritillhörighet

- Barnträning 5-12 år

### Lämplig för åldersgrupper

- 10-12 år (Barnträning)

