



Rödsle BK

EN MOT EN SKOTT

Syfte Finta/dribbla samt skott i 1 mot 1.

Organisation Yta: 10x10 meter utanför straffområdet där 1 mot 1 ska ske. 3-4 spelare vid varje station.

Anvisningar A driver boll kort och passar till B. A löper mot B, gör en riktningsförändring och löper i djupled. B slår en passning till A. C blir aktiv försvarare i det avgränsade området. A utmanar C. 1 mot 1. Avslut. Följ upp retur. A till B, B till C och C till A.

Instruktionspunkter - 1 mot 1. - Skott. - Retur.

Kategoritillhörighet

- Anfallsspel

Lämplig för åldersgrupper

- Senior & Ungdom (Svår)