



# Rödsle BK

## PASSNING-MOTTAGNING – CIRKEL VARIANT

Hälften av spelarna som också är bollhållare bildar en ring. Den andra hälften spelare rör sig oregelbundet i denna ring och söker upp fria spelare med boll för att utföra följande tekniska moment.

1. Pass efter marken från spelare i ytterringen. Kamraten inne i ringen passar tillbaka och söker sedan upp en ny spelare för att få en passning. Passa varierade – höger och vänster fot.
2. Spelare i ytterringen kastar bollen med båda händerna till en kamrat inne i ringen, som nickar tillbaka och sedan söker upp en ny spelare för att ta emot en ny nickboll och så vidare.
3. Spelare i ytterringen kastar bollen med båda händerna till en kamrat inne i ringen, som spelar tillbaka den med en bredsidesvolley. Därefter söker man upp en ny spelare för att återigen kunna passa med bredsidesvolley och så vidare.

### Kategoritillhörighet

- Anfallsspel
- Barnträning 5-12 år

### Lämplig för åldersgrupper

- 7-9 år (Barnträning)

