



# Rödsle BK

## PASSNING - VRIST

**Syfte** Passning – vristpassning.

**Organisation** Avståndet mellan A och B varieras för att öva olika längd påpassningarna och beroende på skicklighet.

**Anvisningar** 1.A passar bollen till B med vristen. B tar emot och passar bollen på samma sätt tillbaka till A. 2.Ta med bollen ett par meter ut i sidled och passa bollen i ytterläget.

**Instruktionspunkter** - Vristpassning.

### Antal deltagare

- Minsta antal: 2

### Kategoritillhörighet

- Barnträning 5-12 år

### Lämplig för åldersgrupper

- 7-9 år (Barnträning)

