



Rödssle BK

SKOTT

Vad Att skjuta.

Varför För att snabbt utnyttja och avsluta en målchans.

Hur Visa – Förklara – Visa igen och Öva. Instruktion i passning – grund och skott grund.

Praktisera Organisation: Hela laget och 2 målvakter. Avstånd mellan målen ca 20 meter. Anvisningar: A passar mötande B, som försöker direktpassa tillbaka till framspringande A som skuter. A och B byter plats. Nästa pass från C till D o s v.

Kategoritillhörighet

- Barnträning 5-12 år

Lämplig för åldersgrupper

- 7-9 år (Barnträning)

