



SVENSKA FOTBOLLFÖRBUNDETS TRÄNAR- OCH SPELARUTBILDNING

PASSNING 4-KANT TILL 4-KANT

Vad?

Speluppbyggnad

Varför?

→ Ta emot bollen

Öva - organisation

- 2 kvadrater av t ex kinahattar, med avstånd emellan
- 2 spelare, i varsin kvadrat
- 1 boll

Öva - anvisningar

- 1 A slår passning till B
- 2 B tar emot bollen, utan att den lämnar kvadraten
- 3 B passar tillbaka till A, et c

→ Stegringar: Minska kvadraterna, öka avståndet, hårdare passningar

