

AFSLUTNING I MEDLØB

Rekvisitter:

Rigeligt med bolde

Kegler/toppe

Gerne flere mål

Beskrivelse:

- Spiller 1 afleverer til spiller 2, og løber mod mål. Spiller 2 afleverer bolden i medløb til spiller 1, som afslutter 1. gang.
- Brug gerne flere mål, for at mindske ventetiden i køen og sikre flest mulige afslutninger til alle spillere.

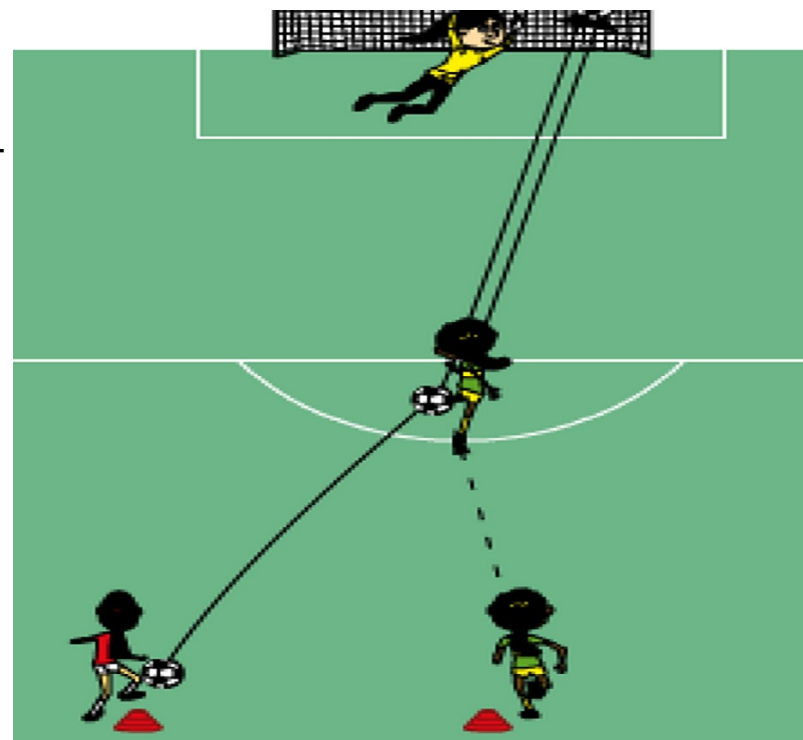
Variationer:

- Højre/venstre side/ben.
- Med/uden målmand.
- Afstand/vinkel til mål.
- Overlapsituation i stedet.

Formål—træningsmål:

- Afslutninger.
- Mange boldberøringer til alle.
- Glæde.

10-12 år



ET GODT TRÆNINGSMILJØ:

Udvikling, variation, motivation, selvdisciplin, selvværd, selvtillid, kammeratskab.

