



SVENSKA INNEBANDYFÖRBUNDET

UTBILDNING

3VS2 MATCHLIKT

VAD?

Speluppbyggnad

VARFÖR?

För att träna spelvändning och 3vs2 samt 2vs1 agerande

HUR?

Starta med 3vs2.

Spelarna startar i 3 led och löper för att komma i samma ytor som vid en spelvändning från hörn.

Därefter spelar vi 3vs2, spelaren som avslutar eller tappat bollen vänder hem och blir försvarare.

De som var försvarare i 3vs2 blir anfallare i 2vs1, startas med målvaktsutkast.

ORGANISATION

De som blir över efter 3vs2 stannar kvar och blir försvarare i nästa runda.

Uppmuntra försvararna att stå upp mot mittlinjen samt att den en står upp mot bollförare och den andra försvararen faller något.

