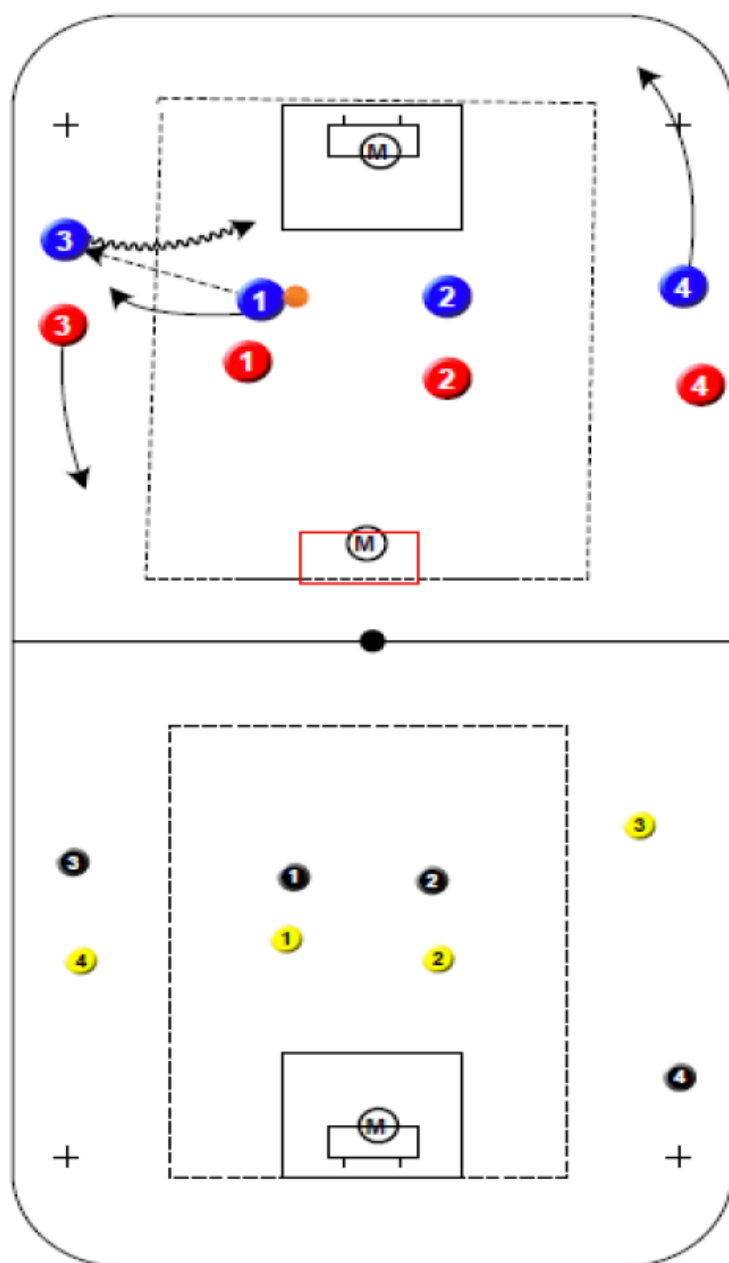




SYFTE

Att träna på att byta ytor i samspel med medspelare mot aktiva motståndare.

FÖRKLARING

Planen delas på hälften. Varje planhalva begränsas enligt de streckade linjerna på skissen. Beroende på antal målvakter har man 1 eller 2 mål på varje planhalva. Spelarna spelar 2 mot 2 innanför den streckade linjen. Utanför de streckade linjen finns "väggar" som rör sig på ytan utanför. Spelarna innanför och utanför linjerna kan byta.