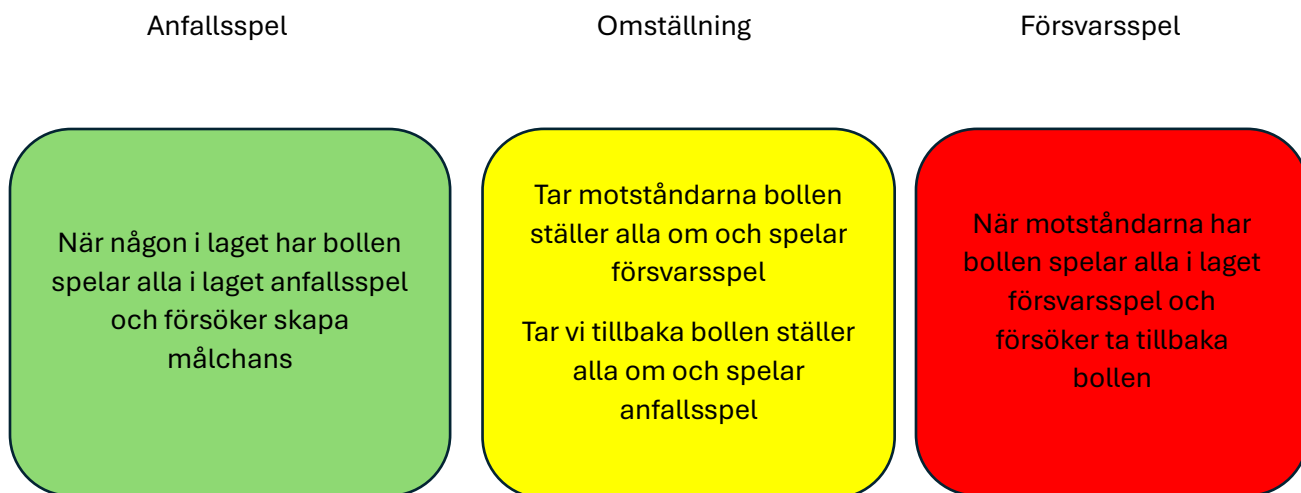


3-3 spelarutbildning. IF Mölndal fotboll

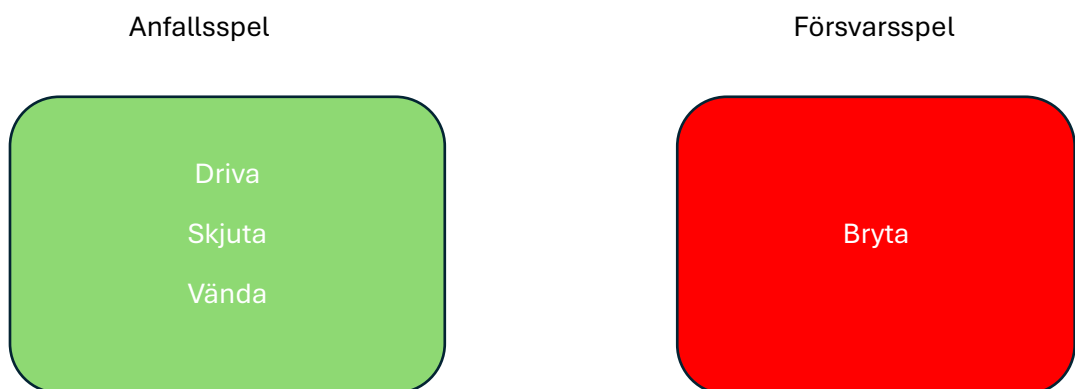


Vad händer i matchen? Detta pratar vi om med spelarna vid match.

Vi vill se detta hända. Spelets skeden.



Dessa tekniska färdigheter tränar vi på med spelarna och vill se i matchen.



Koordination. Händer, fötter, hoppa, krypa, kullerbytta... lekar

Regler! Hur är vi mot varandra. Lär ut Mölndalshjärtat. (våga, berömma, 100%)

Fotbollsregler vid match.

[Länk till spelarutbildningsplanen med träningsprogram.](#)

Var inloggad på
hemsidan!