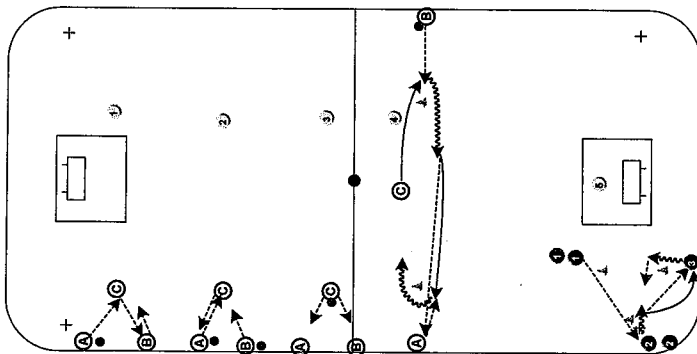


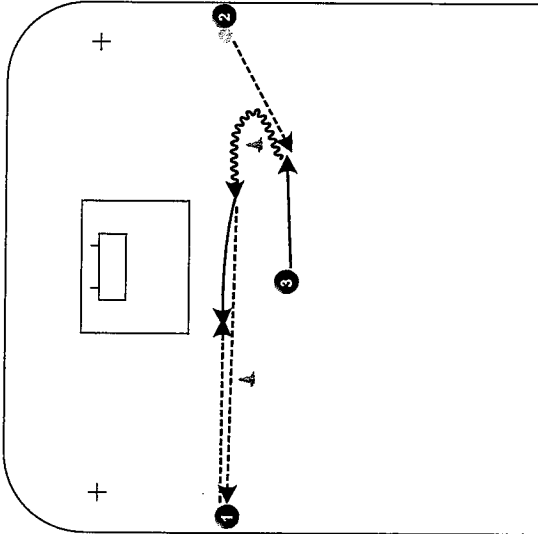
Mottagningspass 2

3-3



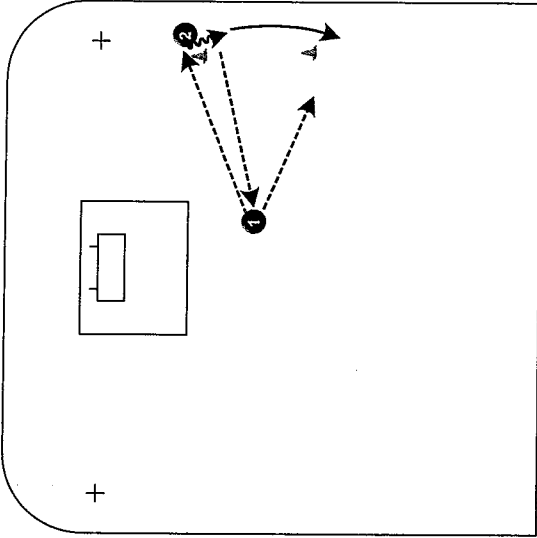
1. En boll. A & B löper framåt, C backar. A passar till C som passar till B som passar tillbaka till C som passar åter till A.
2. A och B har var sin boll. A & B löper framåt, C backar. A passar till C som passar tillbaka till A. B passar sedan till B som passar tillbaka.
3. En boll. A & B löper framåt och C backar. C passar till A ELLER B som passar tillbaka. C kan passa till samma person flera gånger i rad.
4. "Snöret med mottagning". C får boll från B FRAMFÖR kon, tar emot och tar med sig boll några meter för att sedan passa till A, få tillbaka och sedan passa vidare.
5. Ajaxtriangeln med mottagning. 1 passerar till 2 som tar emot på ena sidan konen, ligger över, tar några steg och passar sedan 3 som tar emot och går på andra sidan konen. 3 passerar sedan till valfritt led. Man byter led till det ledet man slår passningen till.

Mottagssnöret



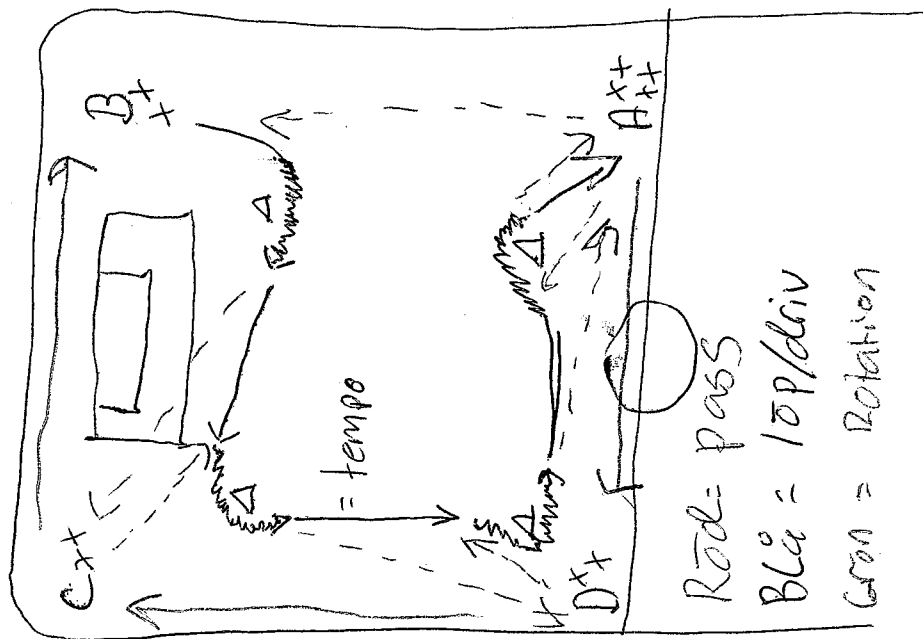
"Mottagssnöret". Spelare 2 passar bollen till spelare 3 som löper och får passen innan konen, tar emot bollen, driver runt konen och passar sedan till 1.

Överlägg över konan

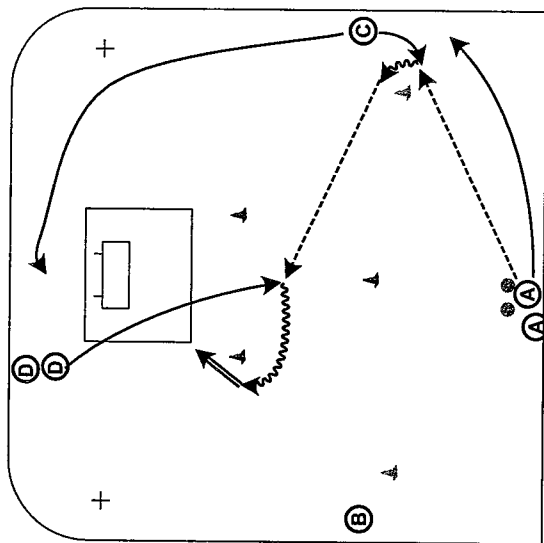


"Överlägg över konan". 1 fast passare och 2 rörlig passare. 1 passar till 2 utanför konen. 2 gör en mottagning och tar med sig bollen förbi konen och passar sedan till 1. Därefter löper 2 förbi nästa kona och får ny passning från 1, tar emot bollen och slår tillbaka bollen "innanför" konen.

Mottagningspass 2



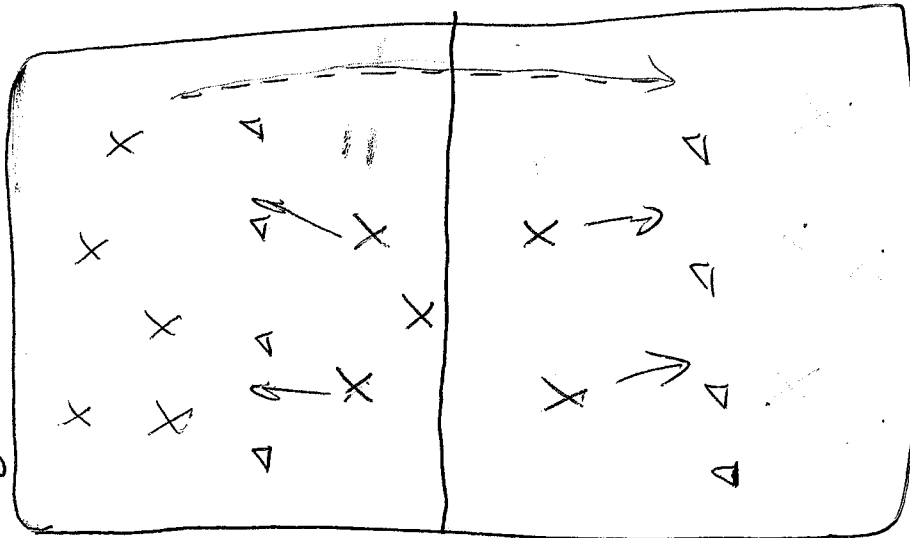
Breda V med överlägg & box



Breda V med överlägg & box. A passar till C som gör överlägg från innan till efter konan. Samtidigt löper D in i boxen (triangeln). D får bollen i triangeln, gör mottagning och driver ut åt något av hållen och går på avslut. A går dit han/hon passat (C). C går till D. D går till A. Nästa A passar till B osv.

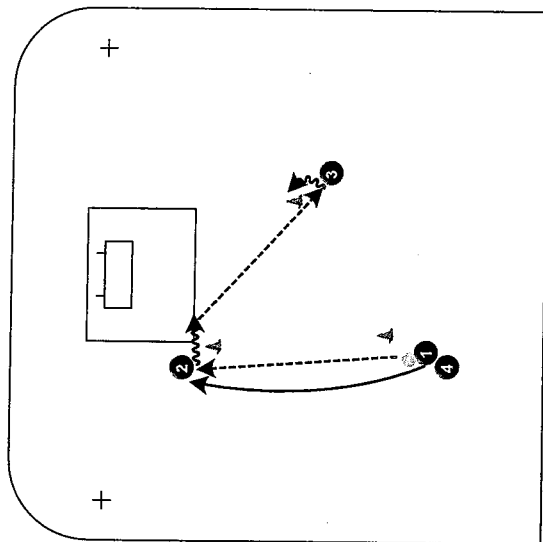
Mottagningspass 2

3 Zoner



Bestäm hur många pass
innan man får byta zon
Mitten laget skickar in spelare
för att jaga. Bollen först in i
zon

3/3



"Ajax-triangeln" med överlägg. 3 led och
minst 4 spelare. 2 spelare där man börjar
med bollen. Man passar till valfritt led och
byter sedan led dit man passat. Vid
mottagning ska den som får bollen visa på
vilken sida om konan han/hon vill ha bollen
på och sedan göra ett överlägg och slå
passen till nytt led.