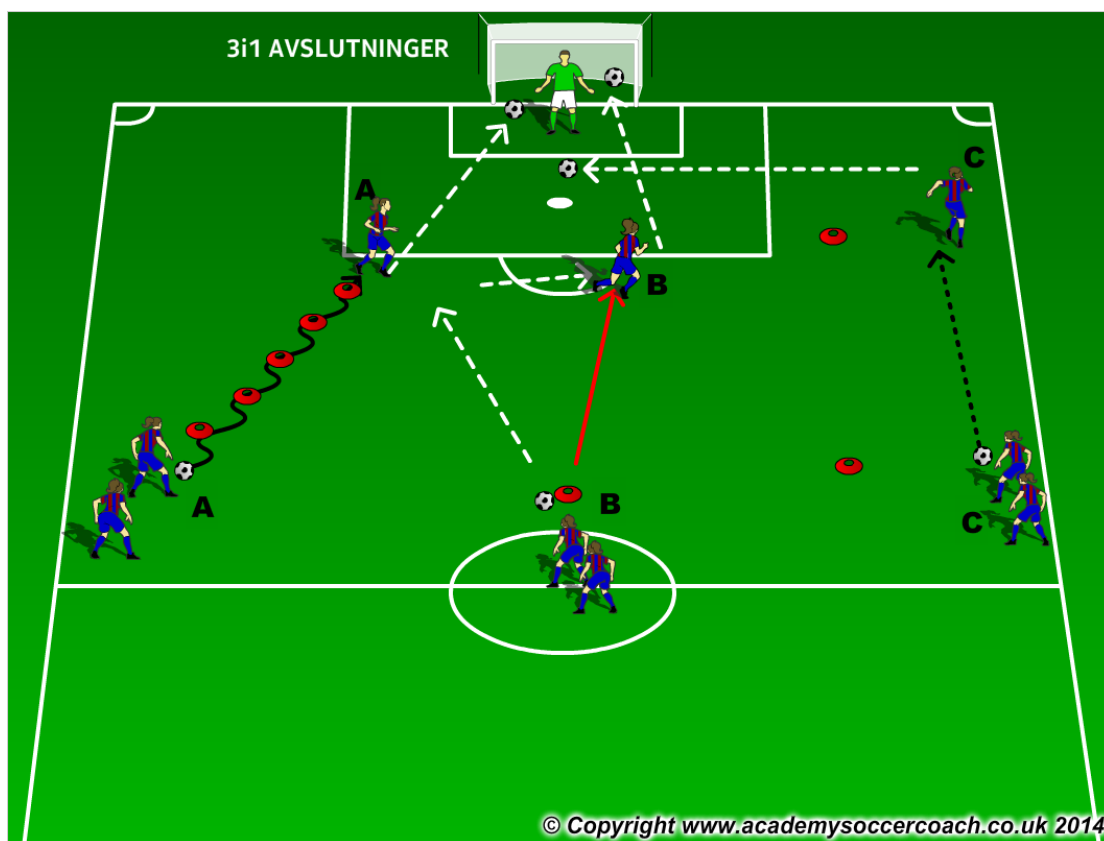


# 3i1 Avslutninger



## Om øvelsen

- Øvelsen gir mulighet for mange og varierte avslutninger. Viktig at coaching går på rett avslutningsteknikk og "timing" av bevegelser.

## Oppsett og gjennomføring

- A starter med å føre ball gjennom kjepler og deretter avslutter med skudd.
- B spiller pasning til A som legger igjen til B som går på skudd.
- C starter med å føre ball når B avslutter. Innlegg slås høyt eller lavt og A og B utfører et "kryssløp" hvor A går på første stolpe og B går på andre stolpe.
- Neste gruppe med 3 spillere gjør seg klar

## Momenter

- Føring, Pasning og legge igjen
- Skudd, innside og vrist
- Innlegg, lavt og høyt
- Løp og "timing"

## Variasjon

- Endre avstander
- Høyre/venstre fot