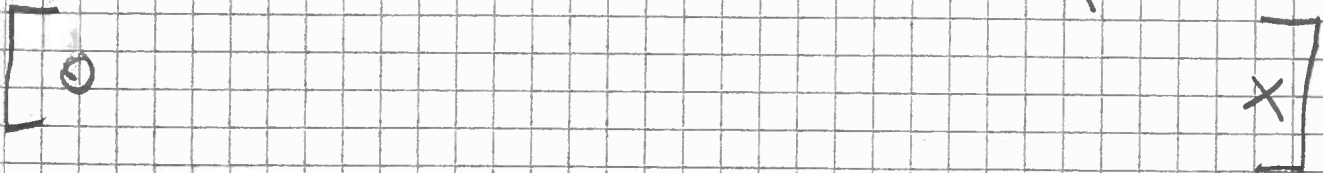


O X

O X



O X

X O

Organisering

- 4 mot 4
- 2 keepere
- 2 mål (kjegler)

momenter intra

- Hvem er forsvarere på laget?
- Hvem er angriper på laget?

Beskrivelse

- Bruk to ledd
  - L backer
  - L Angriper

momenter i dekkning

- Momenter til dekkning ledd
- Vi presser og sikrer når ballfører er i vårt ledd
  - L 1F og 2F
- Når ballfører utfordres, vi i andre ledd
  - L dekker ut rom og spiller