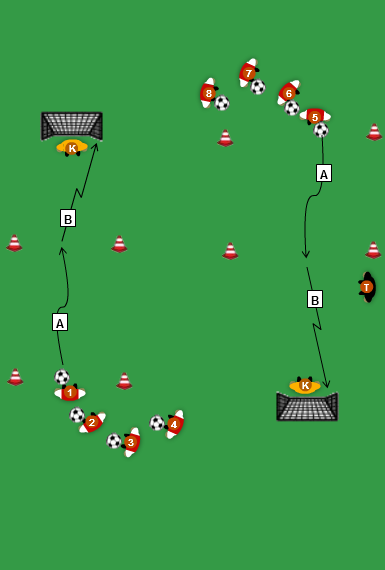
Skott

# Skott

Denna övning utförs av två led med spelare. Spelare A och B driver bollen in i det markerade området och skjuter mot mål mellan de 2 sista konerna med insidan av foten. Var uppmärksam på att spelaren måste skjuta direkt och inte stanna för att ta fart och sikta

Material: koner, bollar, mål spelarna hämtar boll efter utförande

Träna på:

* Träffpunkt centrum på bollen (ekvatorn)
* Spänn foten
* Träffa bollen med insidan av foten eller vristen beroende på situation
* Omställning från dribbling till skott borde vara en jämn övergång