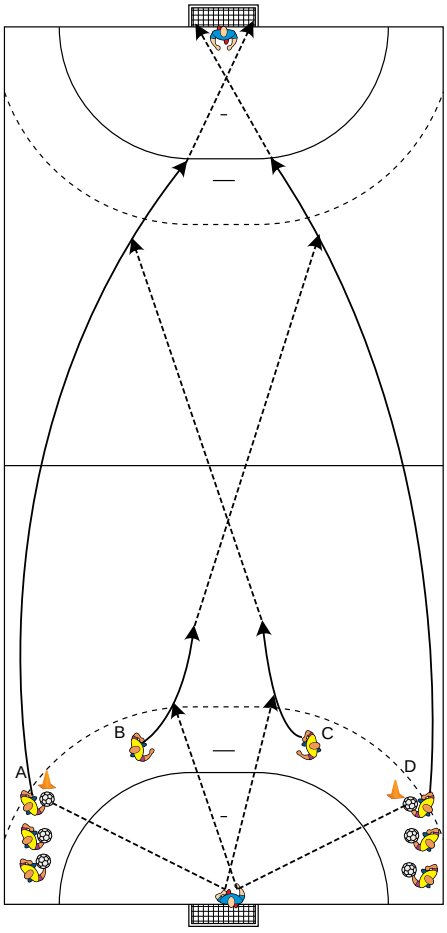
Långa pass 4

långa pass 4



A passar MV som direkt passar vidare till C som lugnt löper mot mitten.
Efter passning sprintar A framåt. C passar bollen vidare till A som tar emot bollen vid 9m-linjen & avslutar.
Därefter passar D till MV som direkt passar vidare till B & övningen fortsätter åt andra hållet.

Created with XPS Network - www.sidelinesports.com