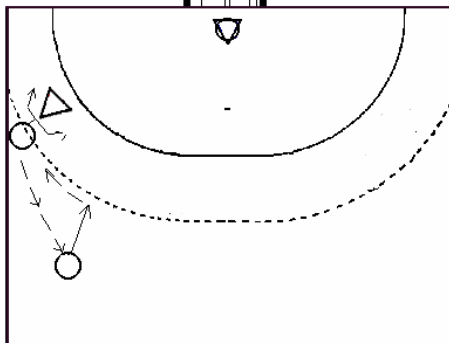
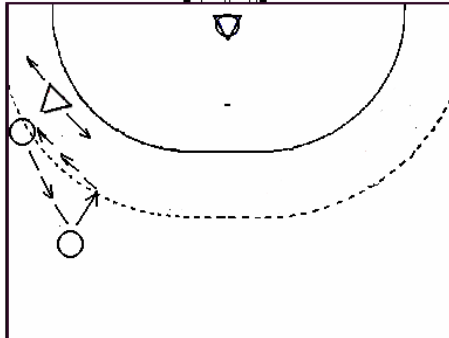
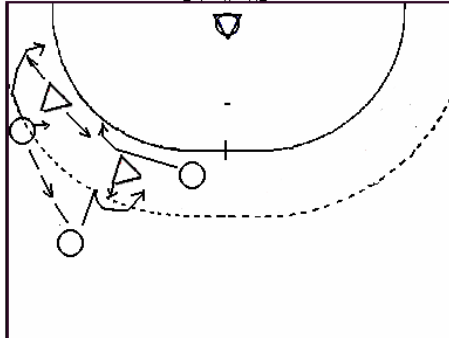
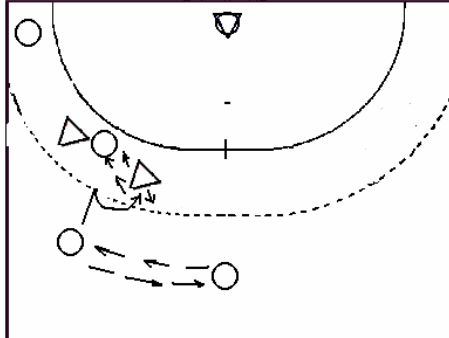
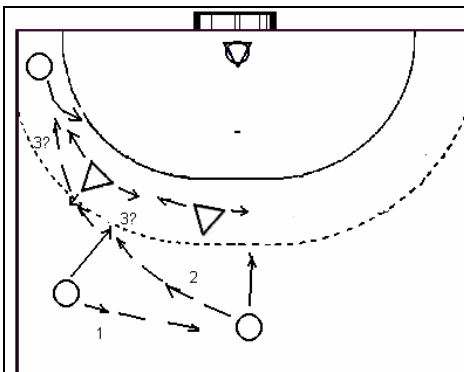


Trening av 1er i 6:0 forsvar (1)

| | |
|---|---|
|  | <p>Trening av 1er</p> <p>Kanten angriper utover- eller innover i banen.</p> |
|  | <p>Trening av 1erens bevegelsesmønster.</p> <p>V1 eller H1 arbeider sidelengs etter ball.</p> <p>Starter med pass imellom Kv og Bv.</p> <p>Utvikles med skudd fra Kv eller oppspill.</p> <p>Utvikles med at H1 el.V1 skråstiller seg etter sidelengs jobb for å hindre utspill.</p> |
|  | <p>Trening av 1erens vurdering og arbeidsoppgaver.</p> <p>Kv spiller Bv som satser vh og innover i banen.</p> <p>Linjespilleren trekker i rommet bak H2er. H1 skal alltid inn for å "pakke", evt. lese om Bv spiller helt ut til Kv.</p> <p>Bv kan også skyte.</p> |
|  | <p>Trening av 1erens vurdering og arbeidsoppgaver.</p> <p>1er vurderer om han skal dekke Ls eller K.</p> <p>Bv satser vh, -innover.</p> |



Trening av 1erens vurdering og arbeidsoppgaver.

Bv spiller Bm som "skuddsatser", vender ballen til Bv som kommer i stor fart mellom H2 og H1.

Vurderer gj.brudd / utspill til K. Bm skyter hvis H2 jukser.

H1 vurderer :

- pakking
- skjevt ut i banen
- falle skrått ned til kant

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |