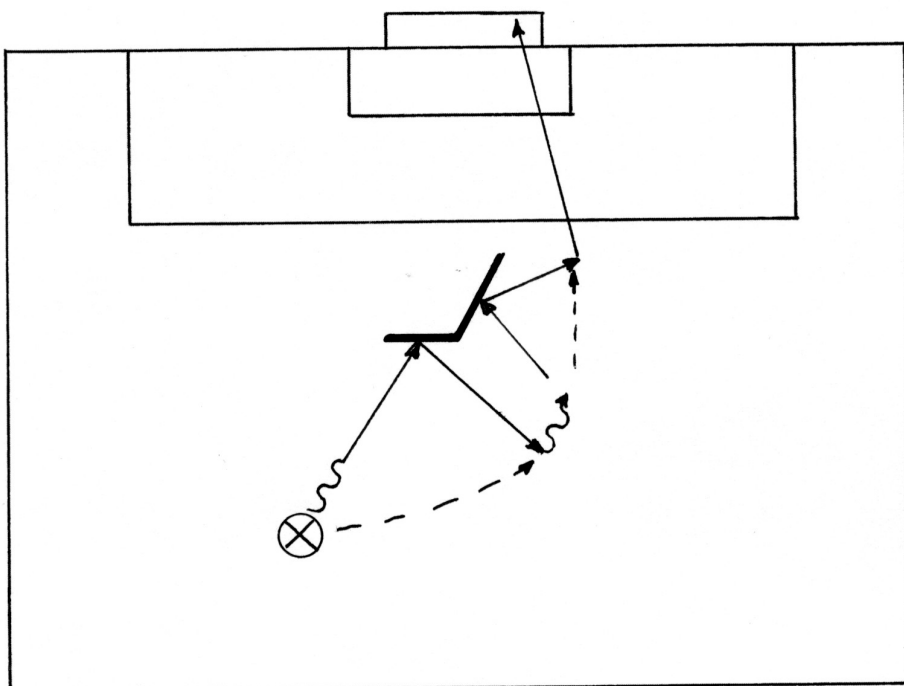


# Väggspel med avslutning mot mål



## 7 ÖVNING 8

1. Driv bollen framåt ett par meter
2. Spela bollen in i PAL
3. Ta emot bollen och spela in i väggspelet
4. Tempoväxla och gå på avslutning

### Instruktion:

- Anpassa passningsavståndet
- Tänk på att ha en avspänd teknik i hela momentet
- Viktigt med koncentration för att få bra kvalitet i övningen.
- Titta upp, placera bollen i målet
- Gå på bollen för att så snabbt som möjligt komma till avslut

### Variation:

- Variera höger och vänster fot i både passning och avslutning
- Placera PAL Original i olika delar av straffområdet för att variera avslutningar från olika vinklar och avstånd.
- Variera med passningar både med insida- och yttersida



### Tips:

Prova gärna skottfinten både med vänster och höger fot. Den är effektiv inne i straffområdet.