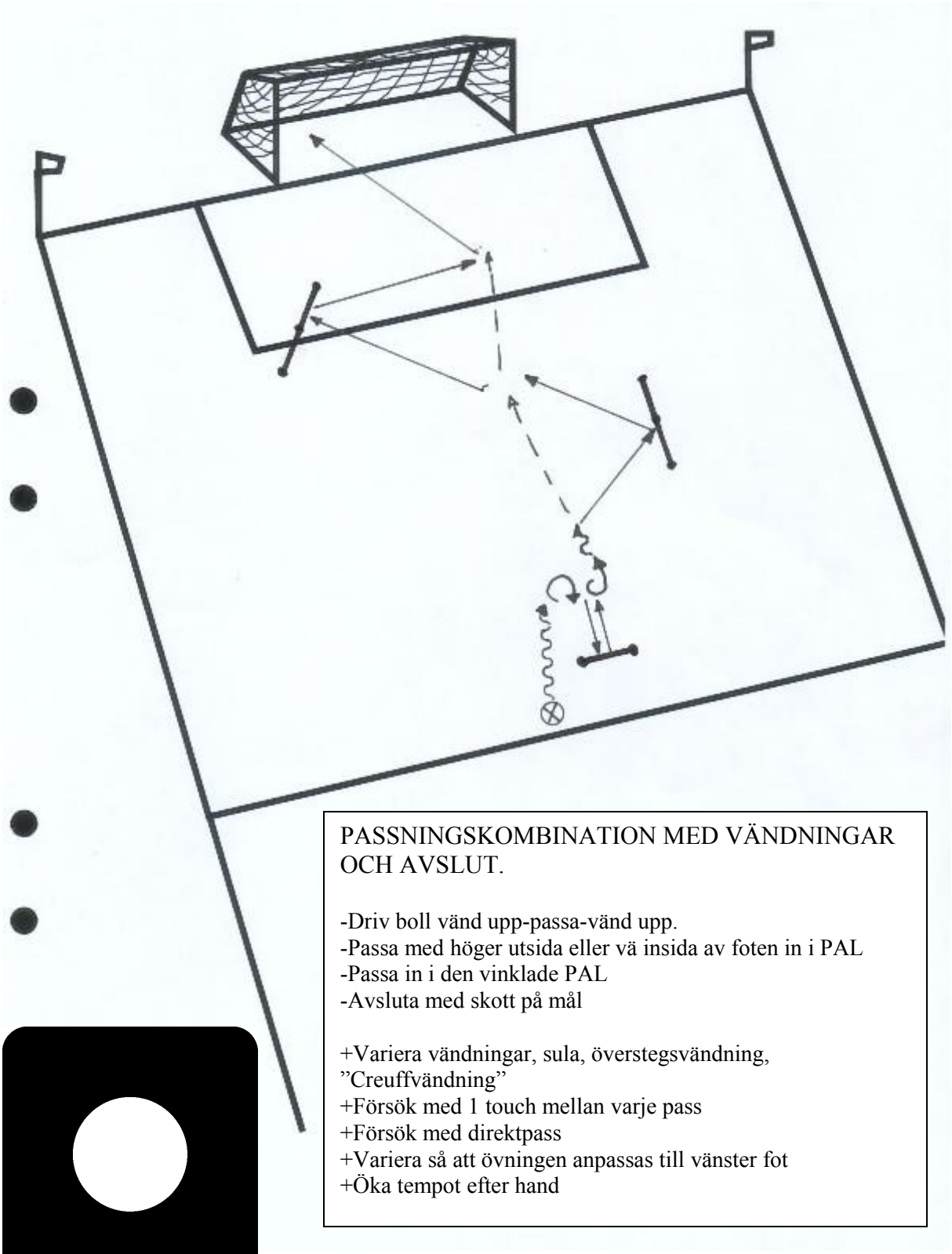

PASSNINGSKOMBINATION MED VÄNDNINGAR OCH AVSLUT.

-Driv boll vänd upp-passa-vänd upp.
-Passa med höger utsida eller vä insida av foten in i PAL
-Passa in i den vinklade PAL
-Avsluta med skott på mål

+Variera vändningar, sula, överstegsvändning, ”Creuffvändning”
+Försök med 1 touch mellan varje pass
+Försök med direktpass
+Variera så att övningen anpassas till vänster fot
+Öka tempot efter hand

PAL™
PRACTISEANDLEARN