

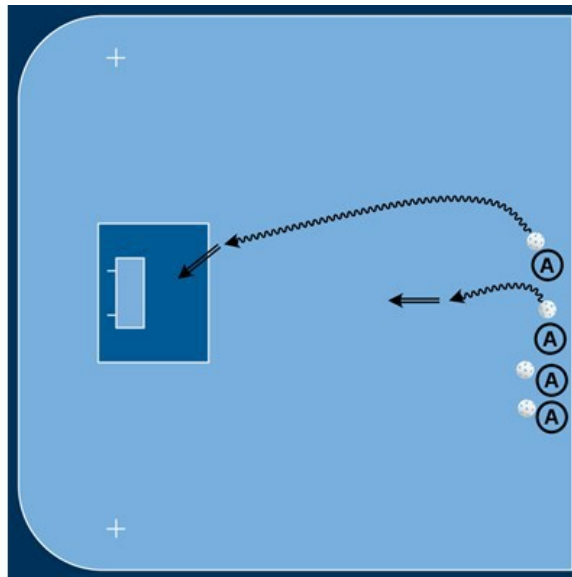
1 dribler og 1 afslutter

IDRÆTSGREN
TID

Floorball
5 min.

ALDERSGRUPPE
DELTAGERE

10 - 99 år
3 - 20 deltagere



Beskrivelse af øvelsen

Alle spillere og bolde er på midten af banen, undtaget målmanden, som er i mål. Første spiller dribler ned mod mål med bolden og afslutter på fra kort afstand. Derefter tager næste spiller et træk mod mål og afslutter udefra.

Formål:

- * At spillerne i tempo udfordrer målmanden og kommer til kvalificeret afslutning.
- * At spillerne som afslutter rammer målet hver gang.
- * At spillerne lærer at kigge op inden afslutning.

Hvordan:

Se hvor mange skud i træk, som rammer målet.

Succes:

- * Når spillerne kan sætte mere tempo i øvelsen. * Når spillerne rammer målet hver gang

Variation:

Øvelsen kan gøres sværere ved, at spillerne skal løbe i højere fart ned på mål og at spilleren udefra skyder længere væk fra målet.

Øvelsen kræver

Banen:

Halv bane

Materialer:

- * Bolde
- * Mål