



HARJOITE 3v3 (4v4) + 1 mv kolmella kaistalla



TEEMA

Vartiointi

HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

Pallon on käytävä kaksi kertaa laitakaistoilla ennen maalintekoa. Pallon riistosta kuljetus vastustajan päätyviivan yli, tai neljä syöttöä omille.

Alueen koko 30x26m.

TEKNINEN

Vartiointi.

LAATUTEKIJÄT

TAKTINEN

Puolustajan kolmio, keskustan puolustaminen, tunnista vaarallisin pelaaja.

FYYSINEN

Kaksinkamppailupelaaminen, käsien käyttö

HENKINEN

Loppuun asti pelaaminen, vaikka vastustaja ohittaisi

AVAINKYSYMYKSET

Miksi vastustaja pääsi maalintekotilanteeseen? Mihin et saa päästää vastustajaa? Mitkä kaksi asiaa sinun täytyy nähdä?