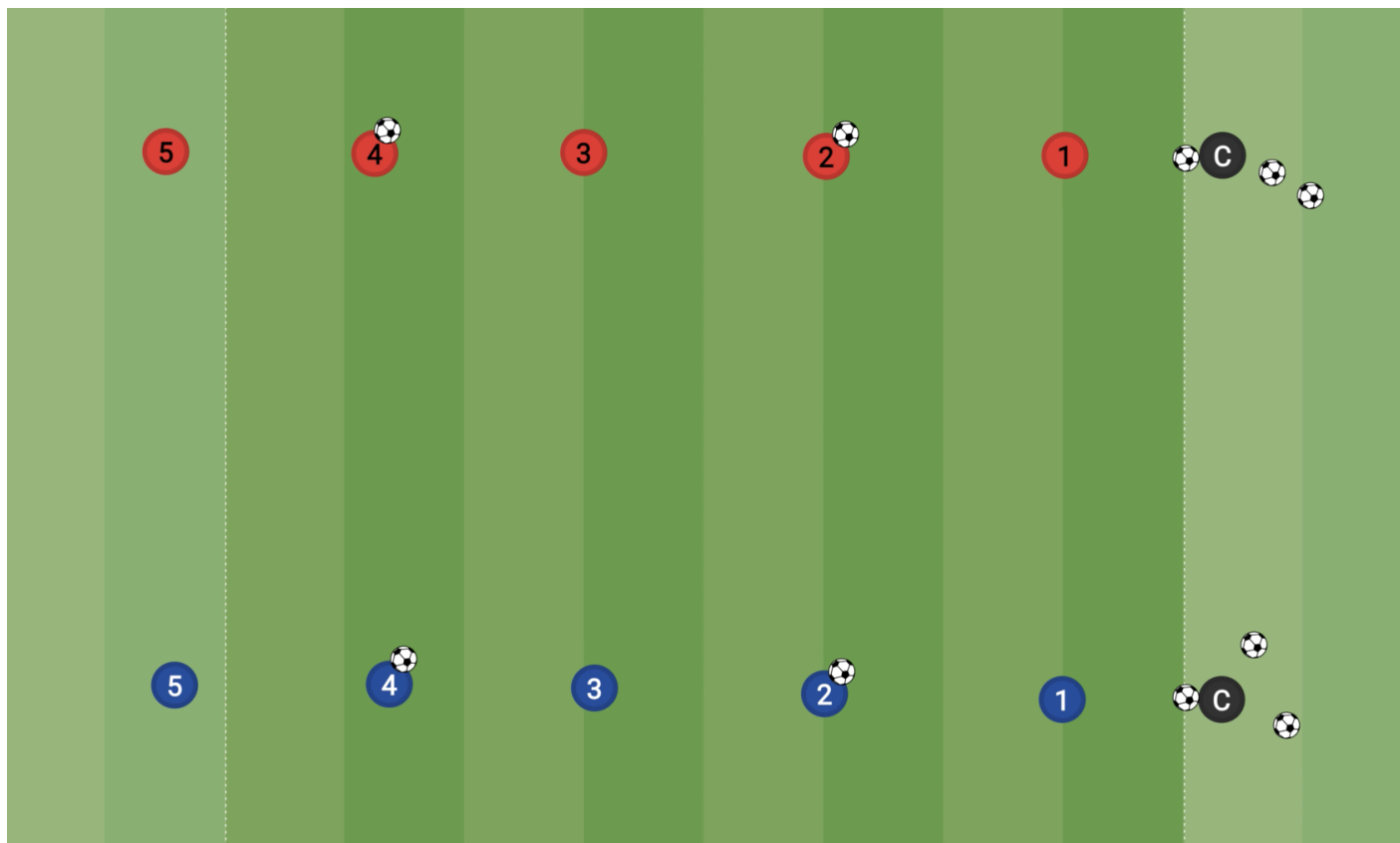


# Passningsstafett



Beskriv de olika förmågor som ska övas.

## Syfte

Beskriv syftet med att öva på just de förmågorna.

## Förberedelser

Beskriv vilka förberedelser övningen behöver.

## Genomförande

Beskriv hur övningen går till och vad spelarna ska göra.

## Instruktioner

Beskriv de instruktioner spelarna ska eller kan ges.

# Progression

Beskriv hur övningen går att utveckla för att göra den ännu mer utmanande.

## Video

<https://www.youtube.com/embed/XVE1ArHuFrM?si=P3gUwUECn5NGy3XN>

---

Revision #1

Created 2026-02-10 09:48:30 UTC by Mattias

Updated 2026-02-10 09:51:56 UTC by Mattias