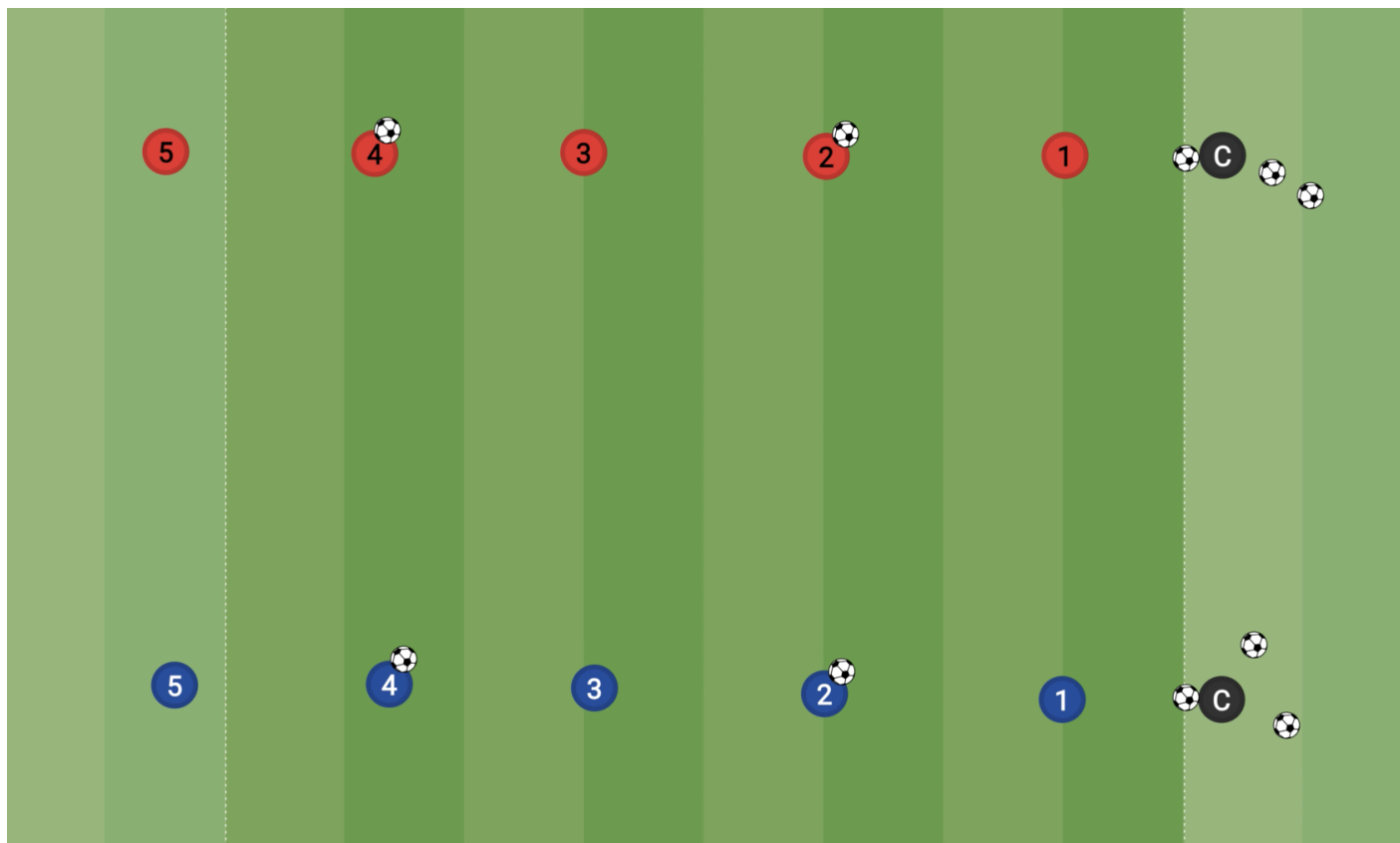


Passningsstafett



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