



SVENSKA INNEBANDYFÖRBUNDET  
UTBILDNING

## Spel inåt, vända spelet.

### Vad?

Aktivering

### Varför?

Öva på att vända spelet och se ytan och skottläget för någon annan.

### Hur?

Målen ska stå på mittplan. De som inte spelar ska stå som väggar och vara redo på att få passen. Väggarna får skjuta.

### Organisation

3 eller 4 på planen från varje lag. Resten ska stå som väggar på offensiv sida, alltså så att väggarna kan skjuta. De får ha max två touch och gärna skjuta vid läge.

### Anvisningar

Jobba mycket med att vända spelet fort. Man vill få över den på motståndarens försvarssida så fort som möjligt då det är så många anfallare på sin egen försvarssida. Spelar i ca 1 min innan man byter.



