



# Fodbold hold-10-kamp

<b>Hvem får flest?</b>			
<b>Hovedstød til hinanden</b> - Uden at bolden rammer jorden.			
<b>Jongleringer til hinanden</b> - Uden at bolden rammer jorden.			
<b>Scoringer på indlæg</b> - 5 indlæg hver. Scoring på flugter.			
<b>Præcise indersideafleveringer</b> - 5 afleveringer hver. 15 meter mellem jer. Stå stille.			
<b>Hvem kan længst?</b>			
<b>Sparke langt og gribe</b> - Bolden ligger stille. En sparker - den anden griber.			
<b>Målmandsudkast og gribe</b> - Bolden i hånden. En kaster - den anden griber.			
<b>Et hælspark hver</b> - En sparker. Den anden sparker bolden videre.			
<b>Hvem er hurtigst?</b>			
<b>100 indersideafleveringer</b> - Stå med 10 meters mellemrum.			
<b>Drible fra sidelinie til sidelinie</b> - I skifter ved sidelinien, altså dribler halvdelen hver.			
<b>Spille hinanden fra sidel. til sidel.</b> - Indersideafleveringer til hinanden fra sidel. til sidel.			
<b>I alt</b>			