

1-BERØRINGER I FODBOLD

En god førsteberøring skaber tid og rum.

Førsteberøringen er ofte forskellen på kontrol og pres. En retningsbestemt førsteberøring gør, at spilleren kan spille hurtigere videre og skabe nye muligheder.

Typer af 1-berøringer

Inderside – sikker og præcis

Yderside – hurtig i små rum

Aflægning – vægspil

Fremadrettet 1-berøring

1-berørings-afslutning

1-berøringer i luften (U12+)