



Dve dvojice vo štvorci - 4

Category: Functional: Midfielder
Difficulty: Moderate

Peter Minarik, Stara Tura, Slovakia
Individual-Adult Member

Description

Dve dvojice vo štvorci - 4a

Dvojica č.1 - hráč A1 a A2

Dvojica č.2 - hráč B1 a B2

Základné rozostavenie hráčov:

A1 – méta K1 + lopta

A2 – méta K2

B1 – v strede štvorca

B2 – medzi méty K3 a K4

- Hráč A1 stojaci pri méte K1 prihráva (1) hráčovi A2 pri méte K2

- Hráč A2 prihráva (2) späť hráčovi A1

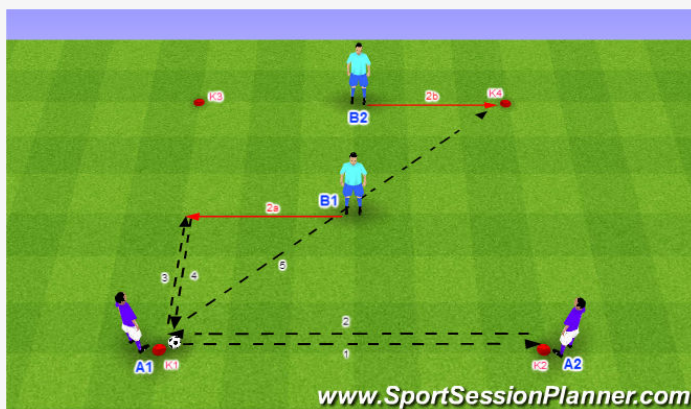
- Súčasne s prihrávkou (2) hráč B1 stojaci v strede štvorca

odbieha (2a) do priestoru medzi méty K1-K3 a hráč B2 stojaci medzi méty K3-K4 odbieha (2b) na métu K4

- Hráč A1 z méty K1 prihráva (3) hráčovi B1 do priestoru medzi méty K1-K3

- Hráč B1 prihráva (4) späť hráčovi A1 na métu K1

- Hráč A1 prihráva (5) hráčovi B2 na métu K4



Dve dvojice vo štvorci - 4b

- Súčasne s prihrávkou (5) hráč B1 odbieha (5a) na métu K3, hráč A1 odbieha (5b) do priestoru medzi méty K1-K2 a hráč A2 odbieha (5c) z méty K2 do stredu štvorca

- Hráč B2 prihráva (6) hráčovi A1

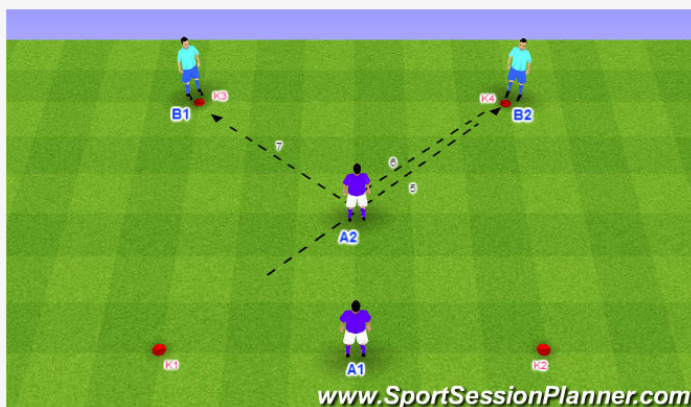
- Hráč A1 prihráva (7) hráčovi B1 na métu K4



Dve dvojice vo štvorci - 4c

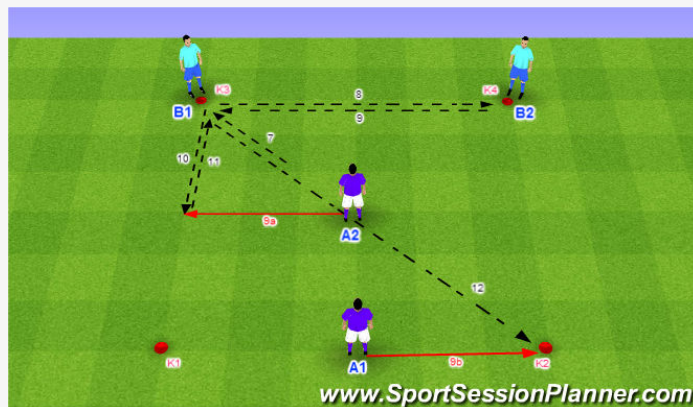
- Hráč B2 prihráva (6) hráčovi A2 do stredu štvorca

- Hráč A2 prihráva (7) hráčovi B1 na métu K4



Dve dvojice vo štvorci - 4d

- Hráč B1 stojaci pri méte K3 prihráva (8) hráčovi B2 pri méte K4
- Hráč B2 prihráva (9) späť hráčovi B1
- Súčasne s prihrávkou (9) hráč A2 stojaci v strede štvorca odbieha (9a) do priestoru medzi mätami K1-K3 a hráč A1 stojaci medzi mätami K1-K2 odbieha (9b) na métu K2
- Hráč B1 z méty K3 prihráva (10) hráčovi A2 do priestoru medzi mätami K1-K3
- Hráč A2 prihráva (11) späť hráčovi B1 na métu K3
- Hráč B1 prihráva (12) hráčovi A1 na métu K2



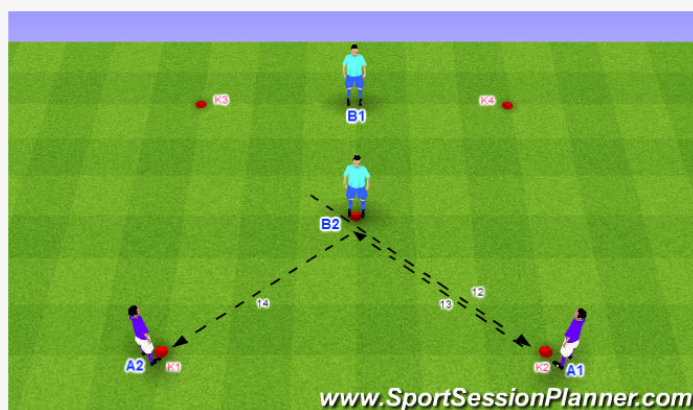
Dve dvojice vo štvorci - 4e

- Súčasne s prihrávkou (12) hráč A2 odbieha (5a) na métu K1, hráč B1 odbieha (12b) do priestoru medzi mätami K3-K4 a hráč B2 odbieha (12c) z méty K4 do stredu štvorca
- Hráč B2 prihráva (6) hráčovi A1
- Hráč A1 prihráva (7) hráčovi B1 na métu K4



Dve dvojice vo štvorci - 4f

- Hráč A1 prihráva (13) hráčovi B2 do stredu štvorca
- Hráč B2 prihráva (14) hráčovi A2 na métu K4



Dve dvojice vo štvorci - 4g

- Hráč A2 stojaci pri méte K1 prihráva (15) hráčovi A1 pri méte K2
- Hráč A1 prihráva (16) späť hráčovi A2
- Súčasne s prihrávkou (16) hráč B2 stojaci v strede štvorca odbieha (16a) do priestoru medzi métami K1-K3 a hráč B1 stojaci medzi métami K3-K4 odbieha (16b) na métu K4
- Hráč A2 z méty K1 prihráva (17) hráčovi B2 do priestoru medzi métami K1-K3
- Hráč B2 prihráva (18) späť hráčovi A2 na métu K1
- Hráč A2 prihráva (19) hráčovi B1 na métu K4

