

RÜHMATREENINGU TEEMAD V TASE

1. Väljaku avamine pallinguga
2. Teise pallingu platseerimine ja varieerimine
3. Võrkumine ja esimene lendpall
4. Väljaku avamine - löögid vastu liikumist ja avatud väljaku poolele
5. Tagajoone pallivahetuse suunamine
6. Vastase tagajoonetsoonist väljaviimise variandid
7. Ümberjookstud eeskäelöögi kasutamise variandid
8. Agressivne tagajoonemäng kasutades rebitud lööke
9. Avatud ja kinnise asendi kasutamine kaitse- ja ründesituatsioonides eeskäega
10. Avatud ja kinnise asendi kasutamine kaitse- ja ründesituatsioonides tagakäega

Kinnitatud ETL kutsekomisjoni koosolekul 26.11.2013