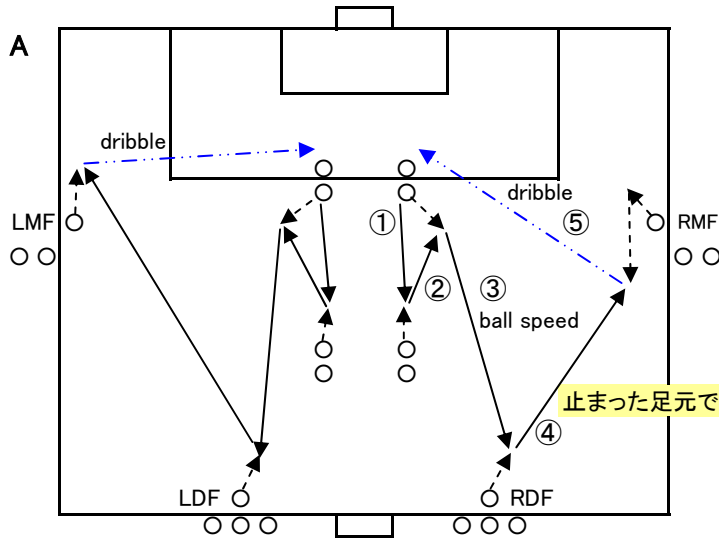


2003.6.22(sun) 9:00~12:00

**[IV] Pass training (for building up)**

**<1> MFの状況に合わせた pass練習 (25分)**

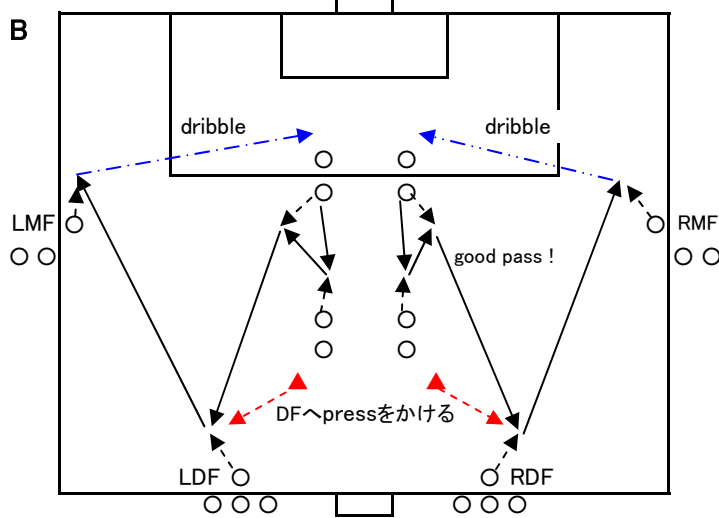


- ※ どの位置も **coaching** の声をしっかり出す
- ※ どの位置も もらう前に**予備動作**を入れる
- ※ **long pass** の **ball speed** を上げる

[MFのpassの受け方] (3通りをやる)

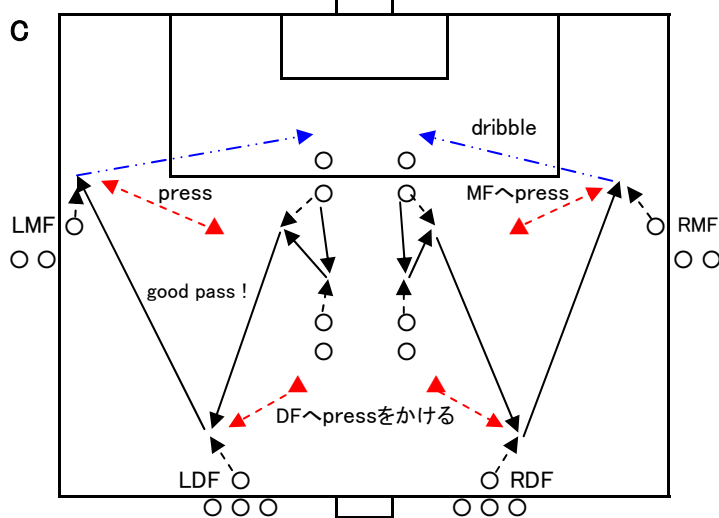
- ① 動いて space で (free)
- ② 足元 turn (outsideで)
- ③ man on (spaceへ)

止まった足元ではなく、spaceへ動く人に合わせる pass を  
passの出し手と受け手の  
**状況判断** が大切！



[MFのpassの受け方] (3通りをやる)

※ DFへの pressは80%の力で



[MFのpassの受け方] (3通りをやる)

※ MFへの pressは 50%の力で

※ DFへの pressは100%の力で