**Φύλλο κριτηρίων μεταβίβασης της μπάλας με το εσωτερικό του ποδιού**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Το πόδι στήριξης τοποθετείται δίπλα στη μπάλα, το γόνατο λυγισμένο.**  **Η μύτη του ποδιού στήριξης δείχνει στο σημείο που επιχειρείται να σταλεί η μπάλα** |
|  | **Η μπάλα χτυπιέται στο κέντρο της μπάλας με το εσωτερικό του ποδιού μετά από μικρή αιώρησή του προς τα πίσω**  **.** |
|  | **Μετά το χτύπημα το βάρος μεταφέρεται μπροστά και το πόδι ακολουθεί την πορεία της μπάλας.** |