

# 펀트킥

주로 목표 지점을 마주하거나  
향하여 직접 이동할 때 쓰는  
킥입니다.



## 머리

항상 공을 주시합니다.

## 발

차지 않는 발로 앞으로  
나아갑니다.

발등으로 공을 차고 목표  
방향으로 다리를 쪽  
뻗습니다.

## 손

차는 쪽 손으로 공을 잡습니다.

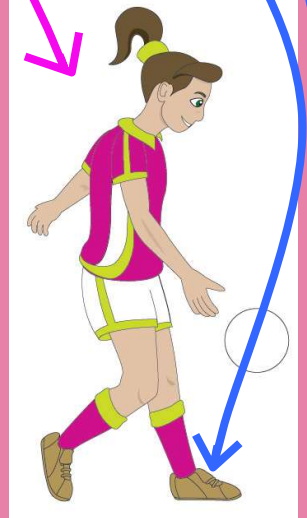
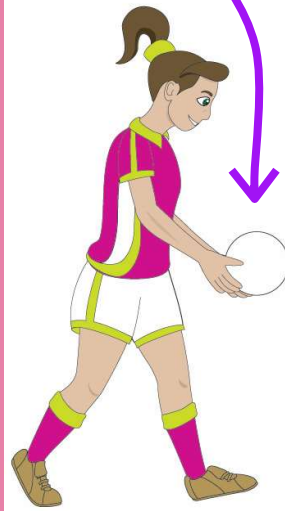
머리를 숙이고  
신발의 끈 부분으로  
목표 방향을 향해 잡니다.

## 기술

발등(신발 끈 부분)으로 목표  
방향을 향해 차는 기술입니다.

### 키 포인트

- 1 양손으로 공을 단단히 잡습니다.  
고개를 숙여 공을 주시합니다.
2. 차지 않는 발로 앞으로 나아가며 차는 쪽  
손으로 공을 잡습니다.  
반대쪽 팔을 몸에서 멀리 뻗어 균형을  
유지합니다.
3. 발끝을 뾰족하게 뻗어 발등으로 잡니다.  
목표 방향으로 다리를 쪽 뻗습니다.



## 자주 하는 실수

### 실수 1

☹ 발등으로 공을 차지 않으면  
공이 잘못된 방향으로 가게  
됩니다.

😊 머리를 숙이고 신발 끈  
부분으로 목표 지점을 향해  
차는 것이 중요합니다.

### 실수 2

☹ 또 다른 흔한 실수는 손으로 차는  
발 반대편에 공을 떨어뜨리는  
것입니다.

😊 차는 쪽 손으로 공을 잡고 다른  
손은 균형을 유지하는 데 써야  
합니다.

