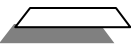







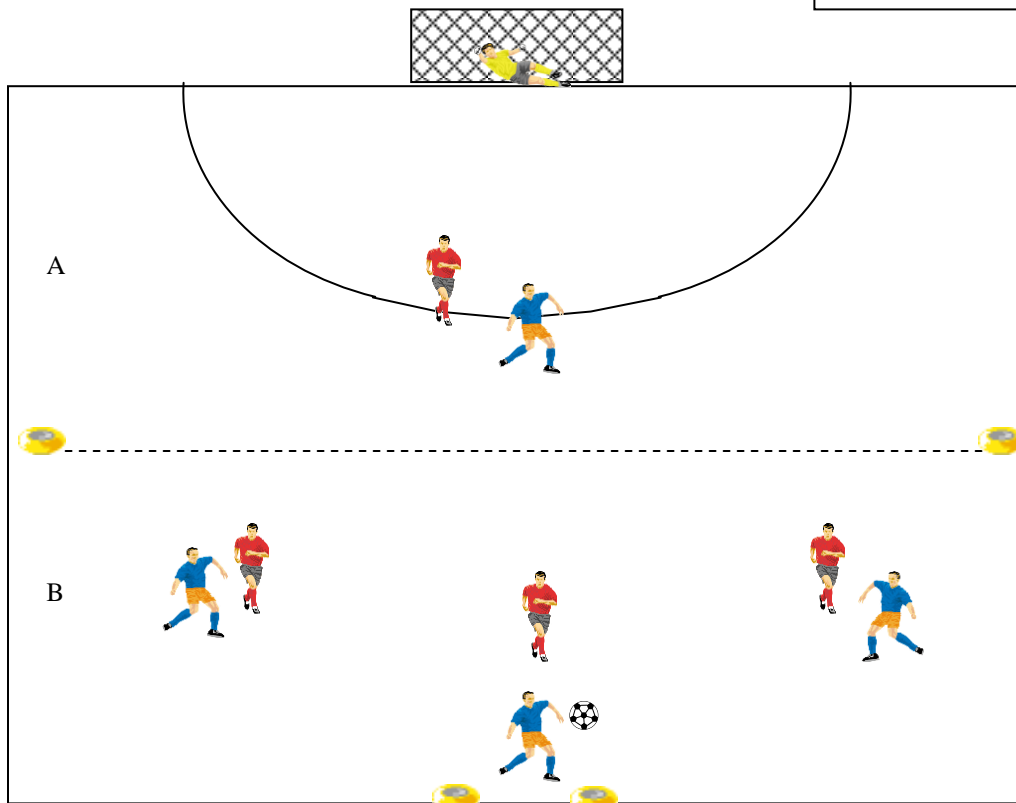


Vrije oefenvorm: 	Bal: 	Doelman: 	Dribbelen: .....→
Kegel: 	Doel groot: 	Aanvaller: 	Looplijn: - - - - →
	Doel klein: 	Verdediger: 	Balbaar: ———→

Opgemaakt door: Stefan Verheyen  
Datum: 28-12-2004  
Categorie: vanaf miniemen  
(12 jaar)

Benodigheden:  
- 4 hoedjes  
- 4 partijvestjes  
- minstens 1 bal  
- 8 spelers + 1 doelman

Doel:  
- het snel rondspelen van de bal  
- het vrijkomen en inspelen van de pivot op het juiste moment



- In zone A speelt de pivot met een verdediger. Deze spelers mogen hun zone niet verlaten.
  - In zone B spelen 3 aanvallers met 3 verdedigers. Deze spelers mogen hun zone niet verlaten.
  - De drie aanvallers spelen de bal rond en proberen op het gepaste ogenblik de pivotspeler aan te spelen zonder dat de bal onderschept wordt door een verdediger.
  - De pivotspeler probeert zich vrij te lopen. Wanneer hij aangespeeld wordt, probeert hij af te werken met een persoonlijke actie.
  - De drie verdedigers in zone B mogen scoren in het kleine doeltje wanneer ze de bal veroverd hebben.
- Variatie
- De bal moet binnen een beperkte tijd of binnen een maximaal aantal passen, ingespeeld worden op de pivot.
  - De pivot moet kaatsen op een derde speler die wel van zone B naar zone A komt ingeschoven. (Deze werkt in één tijd af)