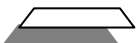










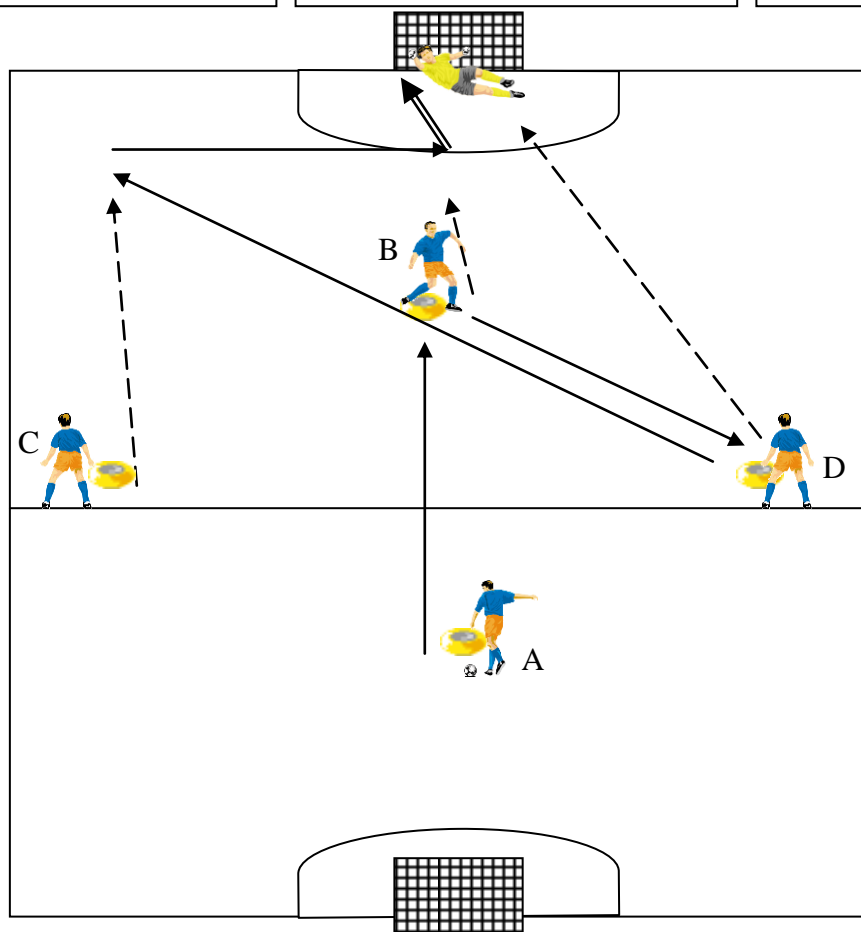


Vrije oefenvorm:		Bal: 	Doelman: 	Dribbelen: 
Kegel: 	Doel groot: 	Aanvaller: 	Looplijn: 	
	Doel klein: 	Verdediger: 	Balbaan: 	

Opgemaakt door: Verheyen Stefan
Datum: 18/06/2001
Categorie: vanaf miniemen (12jaar)

Benodigdheden:
- X-aantal ballen
- 1 doel
- Minstens 4 spelers + 1 doelman
- 4 kegels

Doel:
- Snelle balcirculatie en hard kaatsen
- Creëren van ruimtes



- A speelt centraal in naar B
 - C loopt intussen naar de hoek waar hij direct de bal gaat ontvangen
 - B kaatst met D
 - D speelt de bal in de hoek van C
 - C speelt de bal hard in voor doel voor de ingelopen B of D
 - D loopt na zijn kaatsen naar doel om af te werken
 - C zet zich mee voor doel om af te werken
- Doorschuiven !
- A – D – B – C