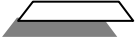







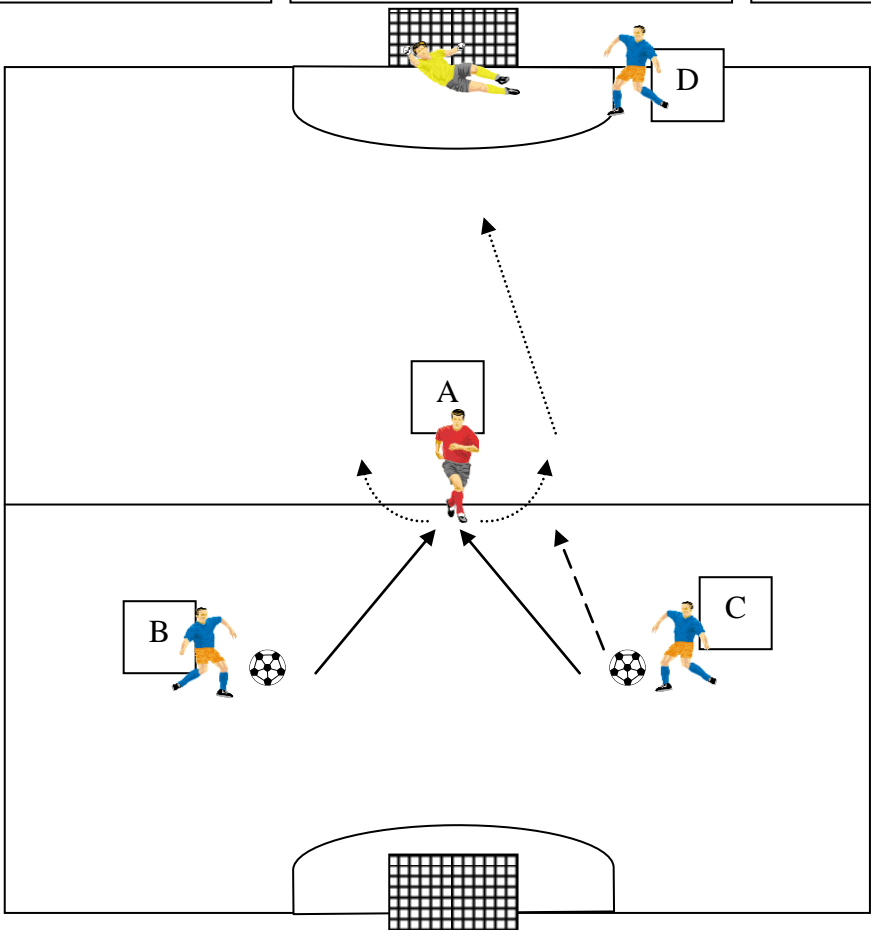


Vrije oefenvorm: 	Bal: 	Doelman: 	Dribbelen:→
Kegel: 	Doel groot: 	Aanvaller: 	Looplijn: ---→
	Doel klein: 	Verdediger: 	Balbaar: —→

Opgemaakt door: Verheyen Stefan
Datum: 22/01/2008
Categorie: vanaf miniemen (12jaar)

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

Doel:
- Verbeteren snelle tegenaanval onder druk tegenstander.



- Speler A vertrekt op de middellijn met zijn rug naar doel. Hij vraagt de bal op van speler B of C.
 - Speler B of C speelt de bal in op speler A.
 - Speler B of C zet daarna meteen druk op speler A.
 - Speler A tracht zo snel mogelijk te draaien en af te werken op doel.
- Variatie !
- Een extra verdediger D in het spel brengen die ook druk zet op speler A wanneer deze ingedraaid is.