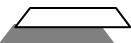










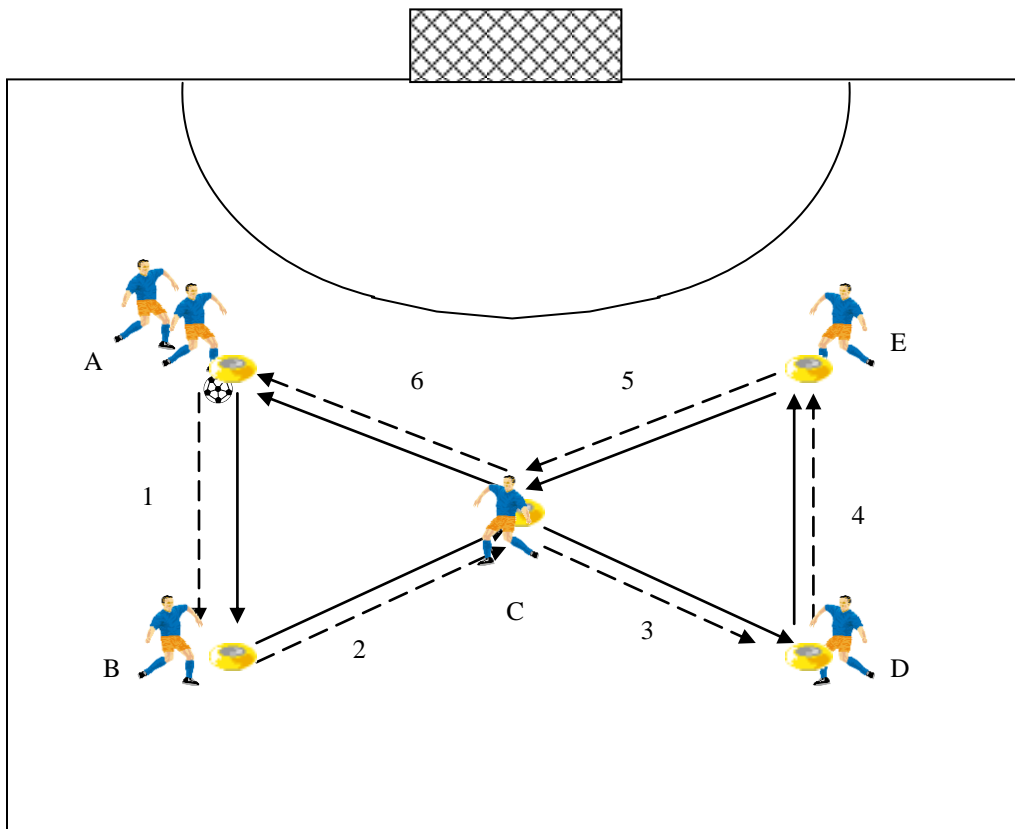


Vrije oefenvorm: 	Bal: 	Doelman: 	Dribbelen: 
Kegel: 	Doel groot: 	Aanvaller: 	Looplijn: 
	Doel klein: 	Verdediger: 	Balbaar: 

Opgemaakt door: Verheyen Stefan
Datum: 14-10-2004
Categorie: vanaf miniemen
(12jaar)

Benodigdheden:
- 5 potjes of kegels
- 1 bal
- minstens 6 spelers

Doel:
Pasvorm met het verbeteren van de inspeelpas en het indraaien van de kaatser



1. Speler A speelt de bal in op speler B
 2. Speler B draait in en speelt met de rechtervoet door naar speler C
 3. Speler C draait in en speelt met de linkervoet door naar speler D
 4. Speler D draait in en speelt met de rechtervoet door naar speler E
 5. Speler E draait in en speelt met de rechtervoet door naar speler B, die na zijn eerste pas de centrale positie heeft ingenomen.
 6. Speler B draait in en speelt met de linkervoet door naar nieuwe speler A
- Bij het doorschuiven volgt men steeds de richting van de pas.
- Variatie
- Bal wordt in de andere richting rondgespeeld en bijgevolg gebruiken we allemaal de andere voet.
 - Bal pas na controle doorspelen waarbij: controle linkervoet = pas rechtervoet en omgekeerd.