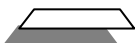






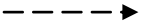



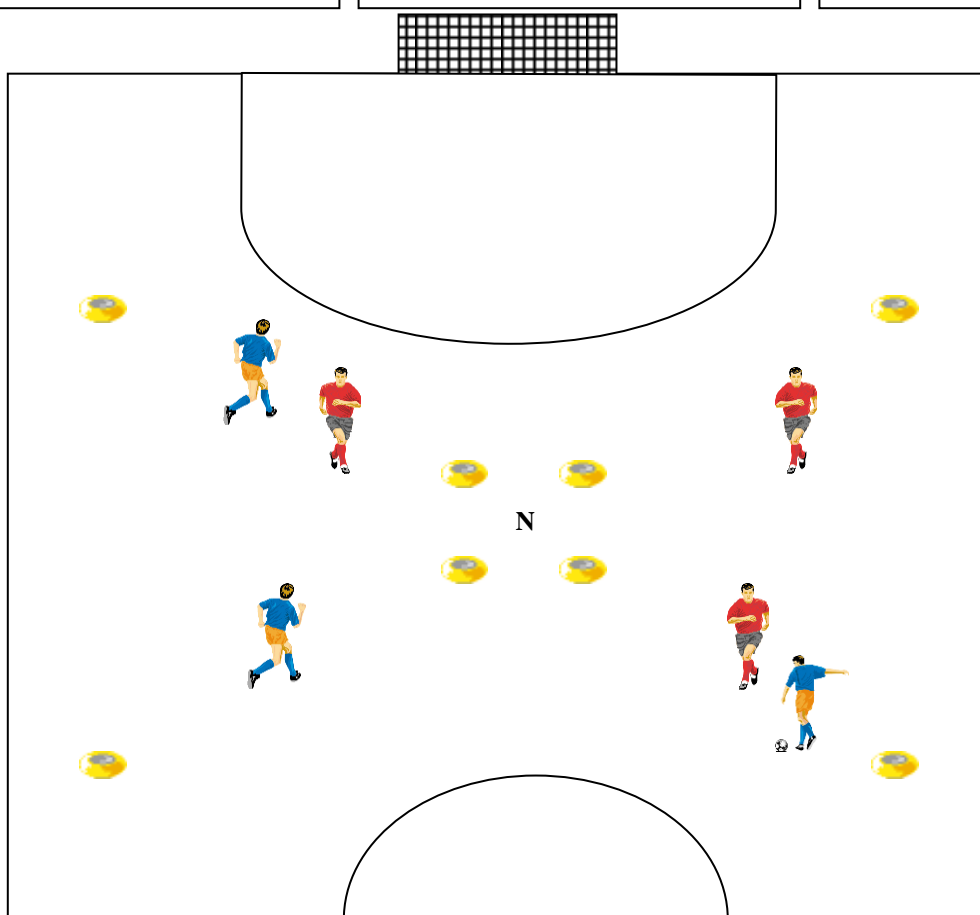


Vrije oefenvorm: 	Bal: 	Doelman: 	Dribbelen: 
Kegel: 	Doel groot: 	Aanvaller: 	Looplijn: 
	Doel klein: 	Verdediger: 	Balbaan: 

Opgemaakt door: Verheyen Stefan  
Datum: 28/10/2009  
Categorie: vanaf miniemen (13jaar)

Benodigheden:  
- 8 kegeltjes  
- 7 à 9 spelers  
- Ballen  
- partijvestjes

Doel:  
- Snelle balcirculatie  
- Ruimte creëren om centrale speler aan te spelen



- ❑ In een groot vierkant speelt men 3-3.
  - ❑ Men tracht zoveel mogelijk de neutrale speler N aan te spelen in het kleine vierkant, die de bal terug moet spelen naar een speler van hetzelfde team. Zo behaalt men een punt.
  - ❑ N is aanspelbaar voor beide teams.
  - ❑ Buiten N mag niemand in het kleine vierkant komen.
- Variaties !
- ❑ 3-3 of 4-4
  - ❑ N speelt in 2 tijden of in 1 tijd.