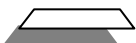






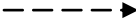



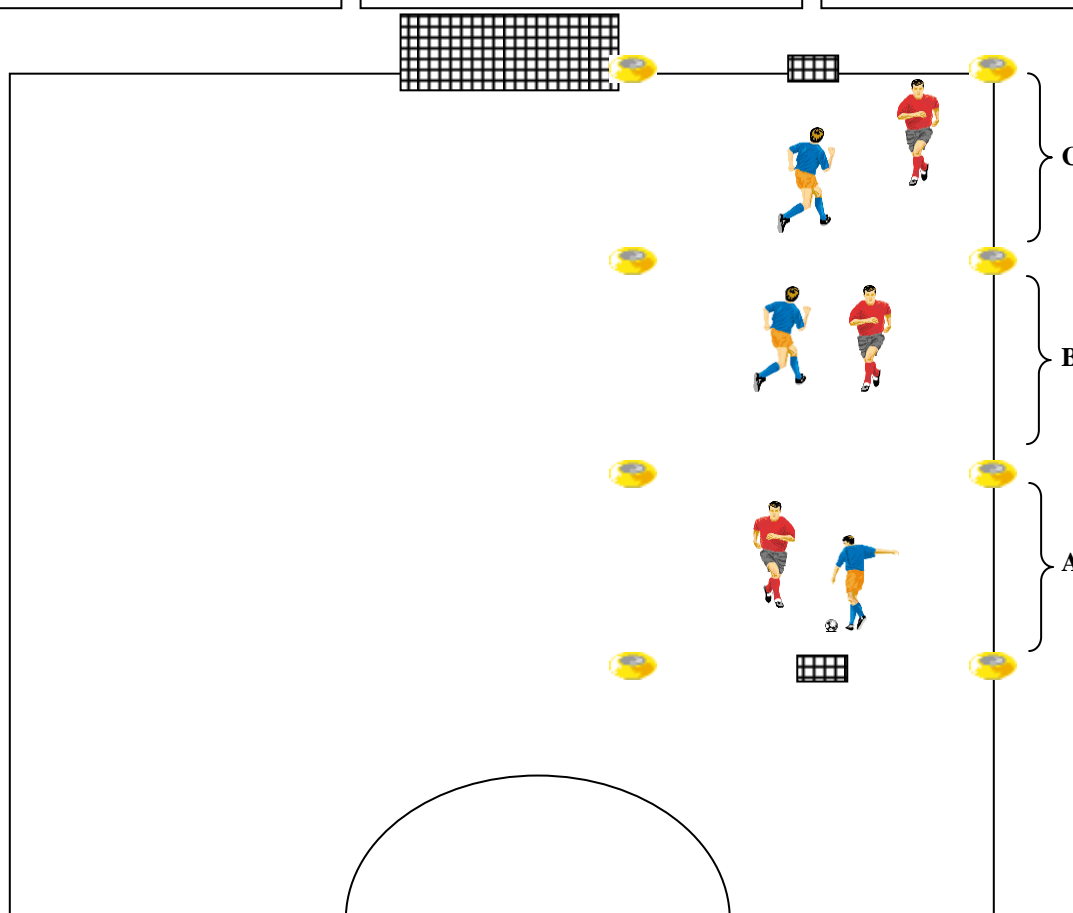


Vrije oefenvorm: 	Bal: 	Doelman: 	Dribbelen: 
Kegel: 	Doel groot: 	Aanvaller: 	Looplijn: 
	Doel klein: 	Verdediger: 	Balbaan: 

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

Benodigheden:
- 8 kegeltjes
- 2 kleine doeltjes
- 6 spelers
- Ballen en partijvestjes

Doel:
- Verbeteren passeeractie tegenstander achter je.
- Aanspelbaar maken



- Het veld is verdeeld in 3 zones (A-B-C)
 - In elke zone staat 1 speler van elk team.
 - Wanneer de bal veroverd wordt, mag hij ingespeeld worden naar de speler in het volgende vak.
 - In elke zone wordt 1-1 gespeeld.
 - De spelers in het aanvallende vak kunnen scoren.
 - Na een bepaalde tijd schuiven de spelers een vak door op signaal van de trainer.
- Coaching !
- Probeer aanspelbaar te zijn bij balbezit van je medespeler.
 - Probeer snel in de juiste richting te draaien met de tegenstander in je rug.
 - Gebruik de ruimte die je krijgt.