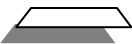







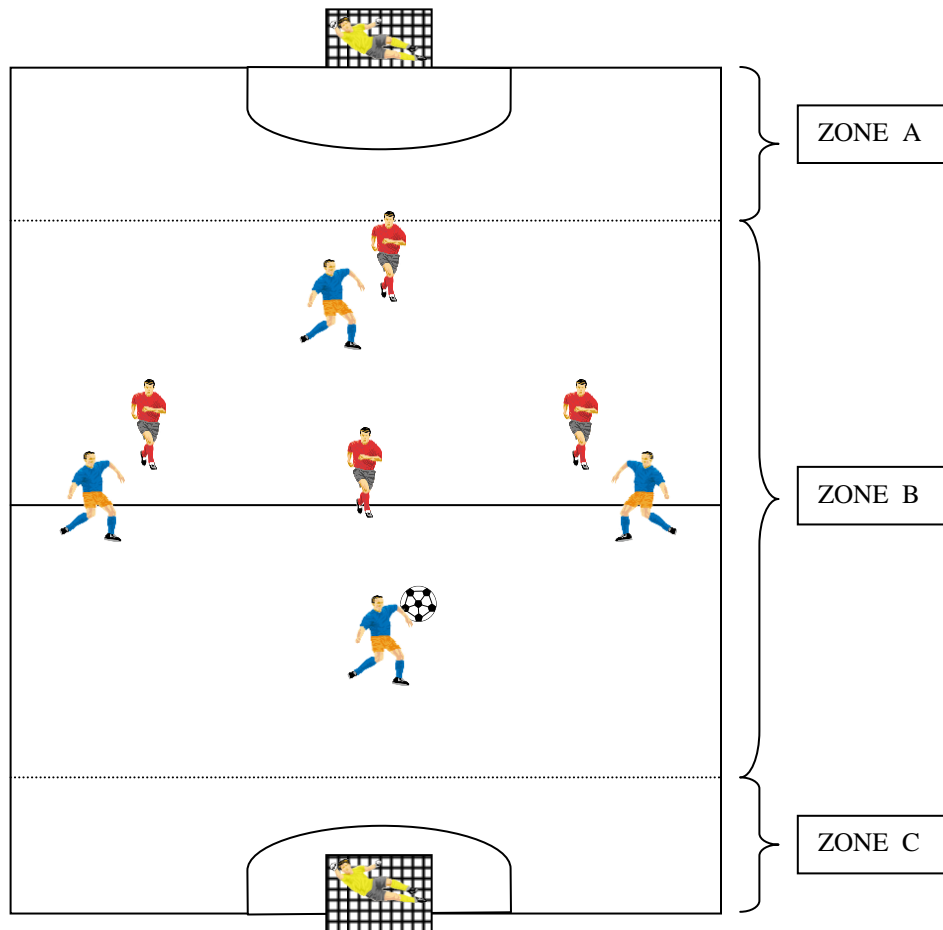


Vrije oefenvorm: 	Bal: 	Doelman: 	Dribbelen: .....→
Kegel: 	Doel groot: 	Aanvaller: 	Looplijn: ---→
	Doel klein: 	Verdediger: 	Balbaar: —→

Opgemaakt door: Verheyen Stefan  
Datum: 24/01/2006  
Categorie: vanaf miniemen (12jaar)

Benodigheden:  
- Volledig terrein + 2 doelen  
- Partijvestjes  
- 4 kegeltjes  
- aantal ballen

Doel:  
- het inspelen in de ruimte  
- het infiltreren in de ruimte achter verdediging



- ❑ Het speelveld is verdeeld in drie zones, we spelen 4+k - 4+k:  
De teams kunnen enkel spelen in zone B  
Wanneer de bal in zone A of C gespeeld wordt, kan er slecht één aanvaller en één verdediger in dit vak komen.  
De aanvaller heeft in dit aanvallende vak slechts twee baltoetsen om af te werken.
- ❑ Doel en aandachtspunten:
  - creëer ruimtes om te bal tussen te kunnen spelen
  - wacht het gepaste moment af om in deze ruimte te duiken
  - zorg ervoor dat je als aanvaller de bal steeds voor je hebt om makkelijker tot een schot te komen
- ❑ Variatie:
  - een tijdslimiet invoeren waarop men in zone A of C mag komen; bv. 4 seconden