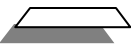







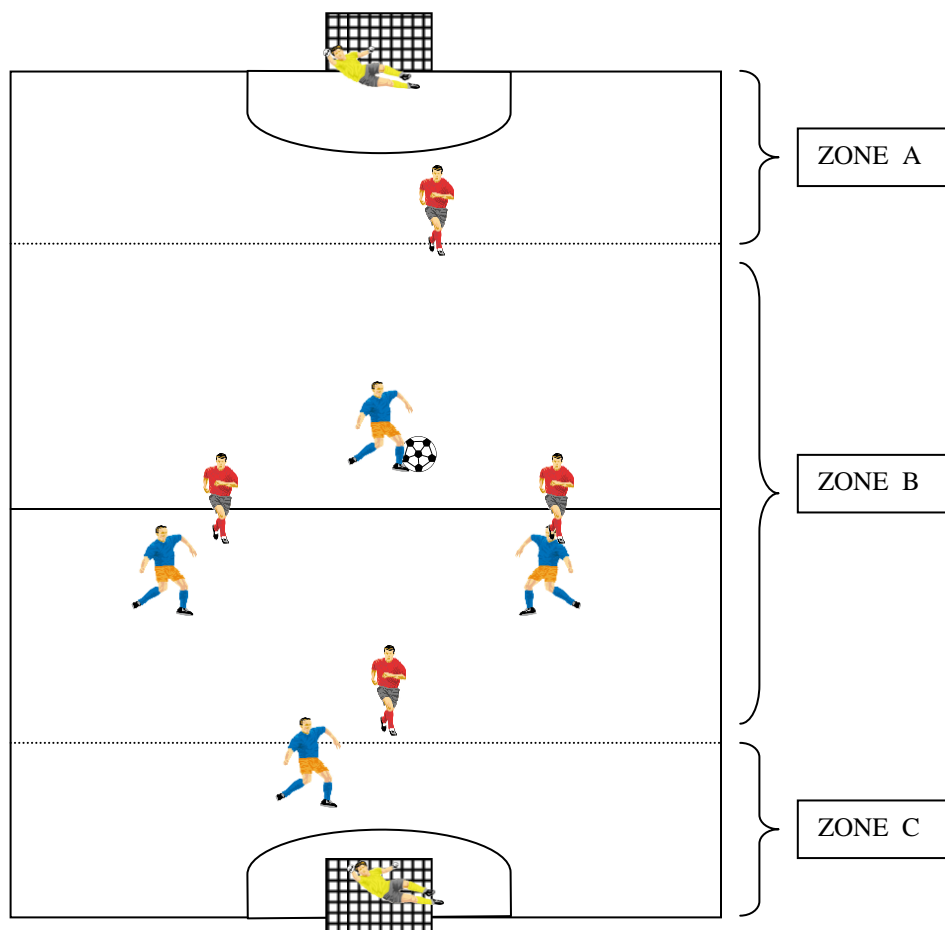


Vrije oefenvorm: 	Bal: 	Doelman: 	Dribbelen: .....→
Kegel: 	Doel groot: 	Aanvaller: 	Looplijn: ---→
	Doel klein: 	Verdediger: 	Balbaar: —→

Opgemaakt door: Verheyen Stefan  
Datum: 7/07/2004  
Categorie: vanaf miniemen (12jaar)

Benodigdheden:  
- potjes om zones af te bakenen  
- partijvestjes  
- 2 doelen  
- aantal ballen

Doel:  
verbeteren van inspelen naar pivotspeler, verbeteren kaats en combinatie door het midden



- ❑ Het speelveld is verdeeld in drie zones:
  - ZONE A: met kaatser (pivot) van het donkere team
  - ZONE B: waarin 3 tegen 3 gespeeld wordt
  - ZONE C: met kaatser (pivot) van het lichte team
Geen enkele speler mag zijn zone verlaten
- ❑ In elk doel staat een doelman.
- ❑ Beide teams moeten hun kaatser in de aanvallende zone trachten aan te spelen. Deze kaatst op zijn beurt in één tijd naar een ploegmaat, die dan weer in één tijd trapt naar doel.
- ❑ Variatie:
  - In ZONE B wordt gespeeld met beperkt aantal baltoetsen.
  - Extra verdediger bij de kaatser plaatsen, die zich bijgevolg beter moet vrijlopen.