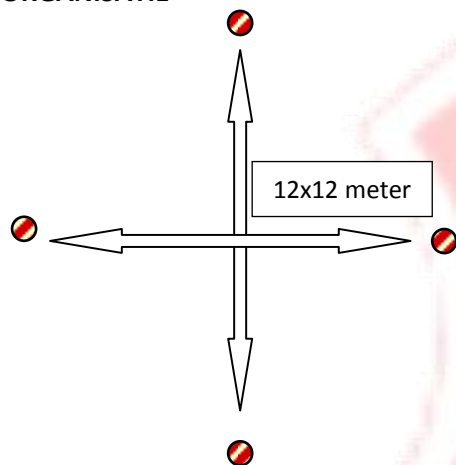


Technieken: Terughaalbewegingen: Kapbeweging, stop-turn, overstap draai, Cruijff.

Passeerbewegingen: Schaar, overstap, uitvalstap, schijntrap.

ORGANISATIE



OEFENVORM 1: richtingveranderingen

Eerste spelers dribbelen naar de lijn waar ieder speler een terughaalbeweging uitvoert en pass naar speler 2 enz.

OEFENVORM 2: passeerbewegingen

Spelers tegenover elkaar starten tegelijk naar links of rechts. Ze maken bij de pion een passeerbeweging en sluiten aan bij de andere groep enz.

OEFENVORM 3: passeerbewegingen (lichte weerstand)

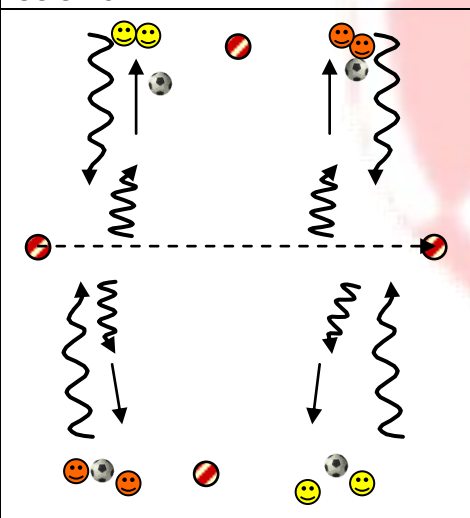
Trainer in het midden, speler A dribbelt naar trainer passeerbeweging en pass naar B, speler C pass naar D, speler B pass naar A, speler D pass naar C enz.

OEFENVORM 4: pass oefening

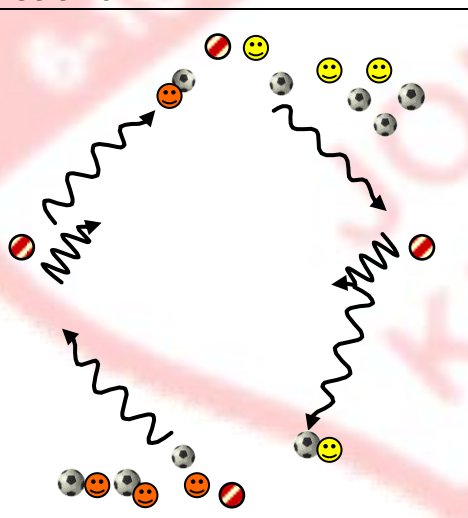
Speler A pass naar B, B kaats op A, A pass op C, C pass op D D dribbelt naar start positie. Links en rechtsom.

Doorschuiven A-B-C-D-A

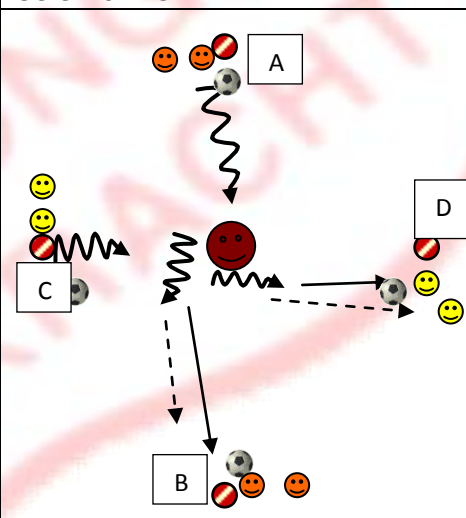
Oefenvorm 1



Oefenvorm 2



Oefenvorm 3



Oefenvorm 4

