



1. Materiaal

- * minimum 10 spelers + 1 doelman
- * 10 kegels + 2 hoedjes

2. Organisatie

- * Men vormt 3 denkbeeldig lijnen (ong. 4 a 5 meter) en plaatst daar een speler op.
- * Voor het doel vormt men een denkbeeldig vierkant van 6/4 meter met een speler erin.
- * Groep A en B werken gelijktijdig.

3. Omschrijving

- * Op het fluitsignaal starten beide spelers A en B en dribbelen naar hun tegenstander toe
- * Speler A probeert voorbij de eerste verdediger te geraken; lukt hem dat dan mag hij verder naar verdediger 2 enz.
- * Wanneer hij alle 3 de verdedigers gepasseerd is mag hem naar groep B.
- * Indien het niet lukt word hij verdediger en dribbelt de verdediger die de bal onderschept heeft verder.
- * Speler B dribbelt naar verdediger 4 en probeert hem te passeren; lukt hem dat dan mag hij afwerken op doel.
- * Wanneer dat niet lukt word hij verdediger en werkt de andere speler af op doel.
- * Na afwerken op doel sluit men aan bij groep A.

4. Coaching en Opmerkingen

Coaching:

- * durven de actie maken; verdedigers motiveren om de bal te onderscheppen.

Opmerkingen:

- * Verdedigers 1-2-3 blijven op hun denkbeeldige lijn.
- * Verdediger 4 blijft ook in zijn vak.