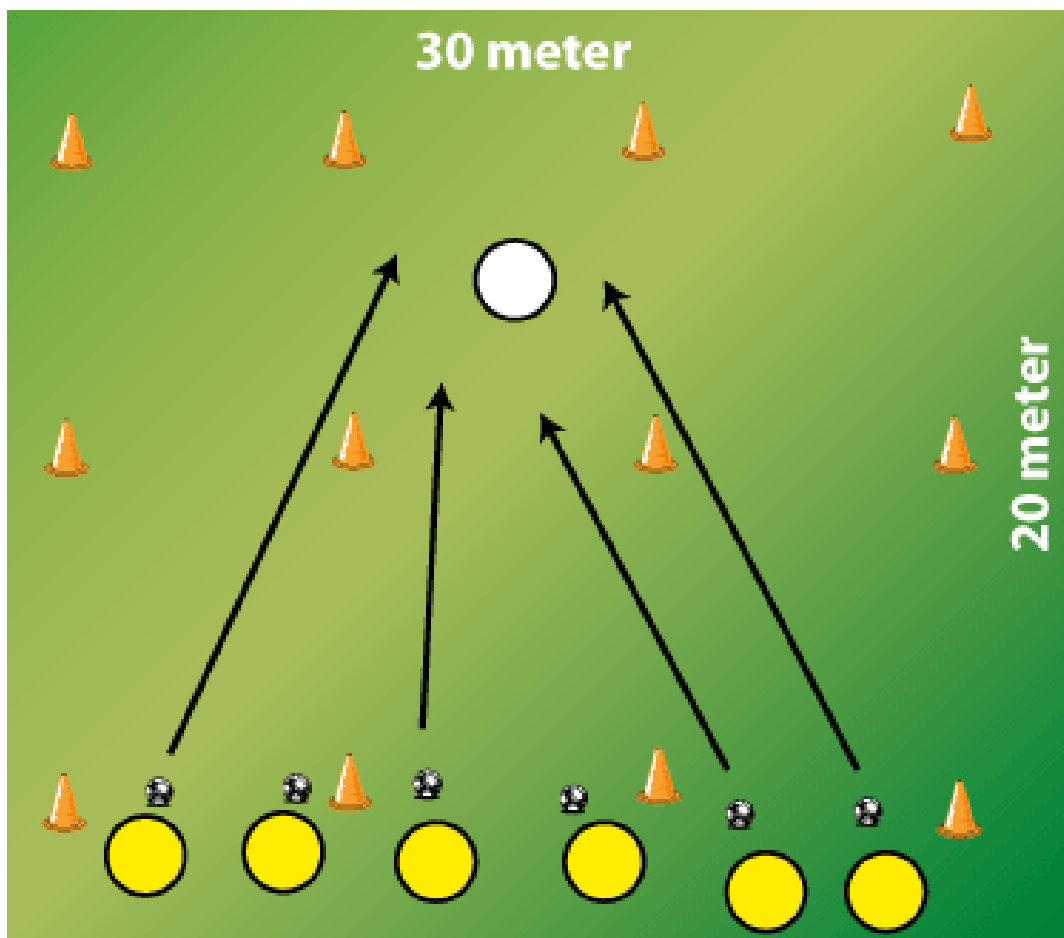


## Mik in het goede vak

Oefenstofnummer: 1494

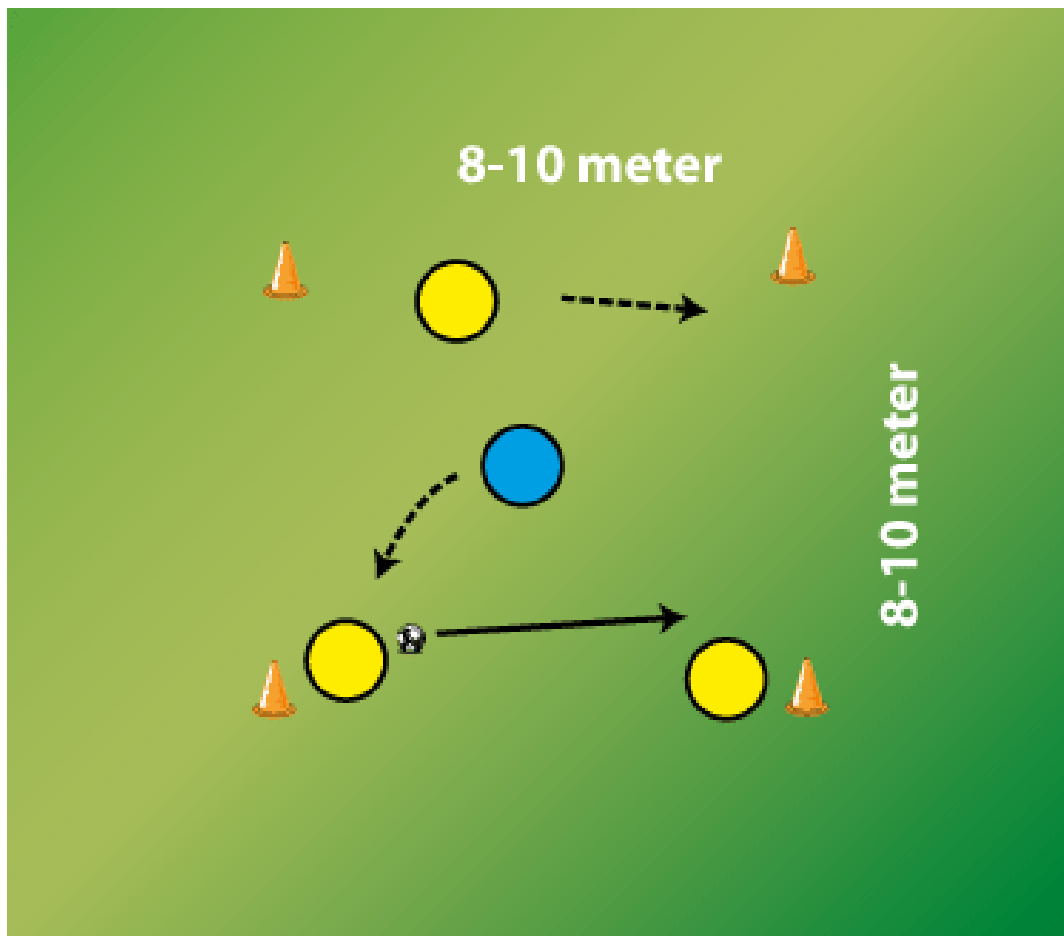


### Organisatie

- Maak van pylonen 6 vakken, zoals aangegeven in de tekening. Elk vak is ongeveer 10 bij 10 meter
- Alle spelers hebben een bal en gaan met die bal op een korte zijde staan
- De trainer gaat in een vak staan en op teken van de trainer proberen alle spelers zo te schieten dat hun bal stil komt te liggen in dat vak. Als dat lukt hebben ze een punt gescoord
- Daarna halen alle spelers hun bal op en de trainer gaat in een nieuw vak staan

## Positiespel 3 tegen 1

Oefenstofnummer: 1365



### Uitleg

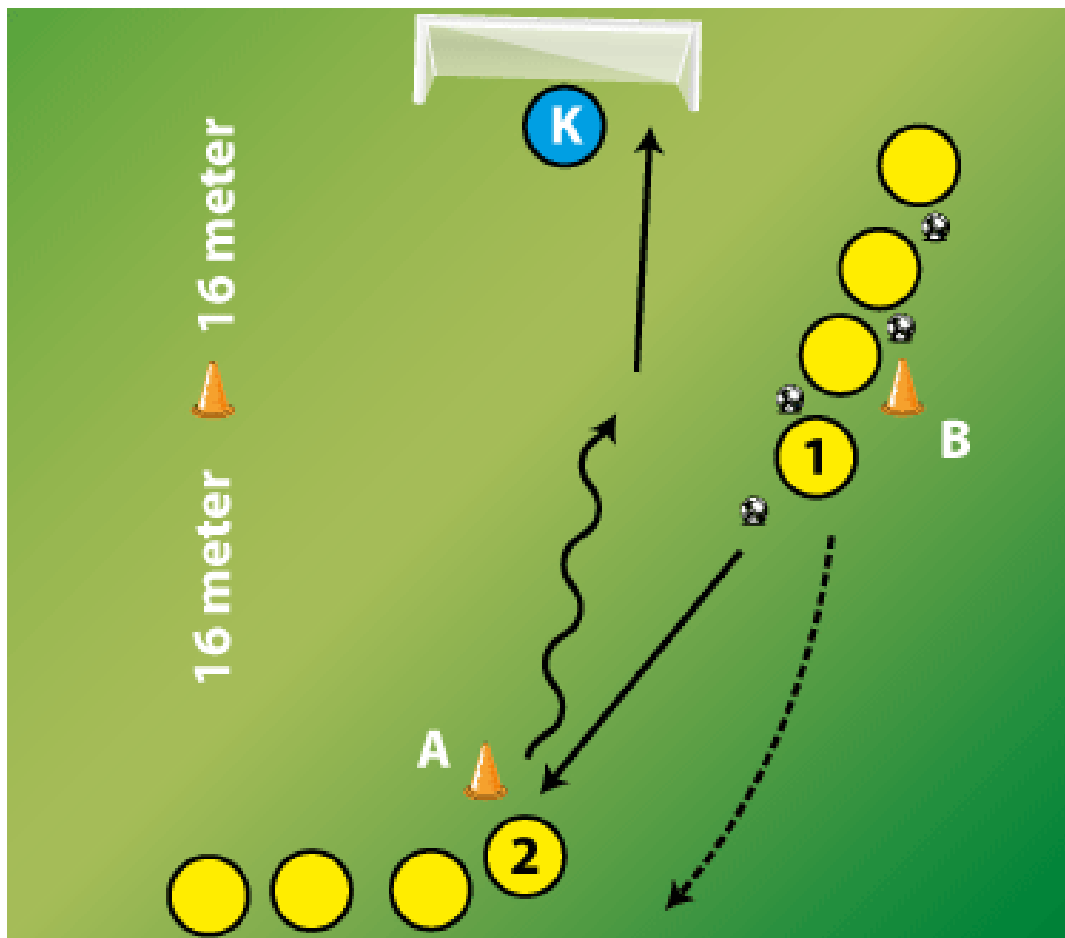
- Positiespel 3 tegen 1
- Het drietal probeert de bal in bezit te houden onder druk van één verdediger
- Regelmatig wisselen van verdediger, bijvoorbeeld na 3x aanraken

### Coaching

- Passing (laag houden, juiste snelheid en richting)
- Vrijlopen
- Open aannemen

## Schieten na aannemen van de bal en dribbel

Oefenstofnummer: 1441

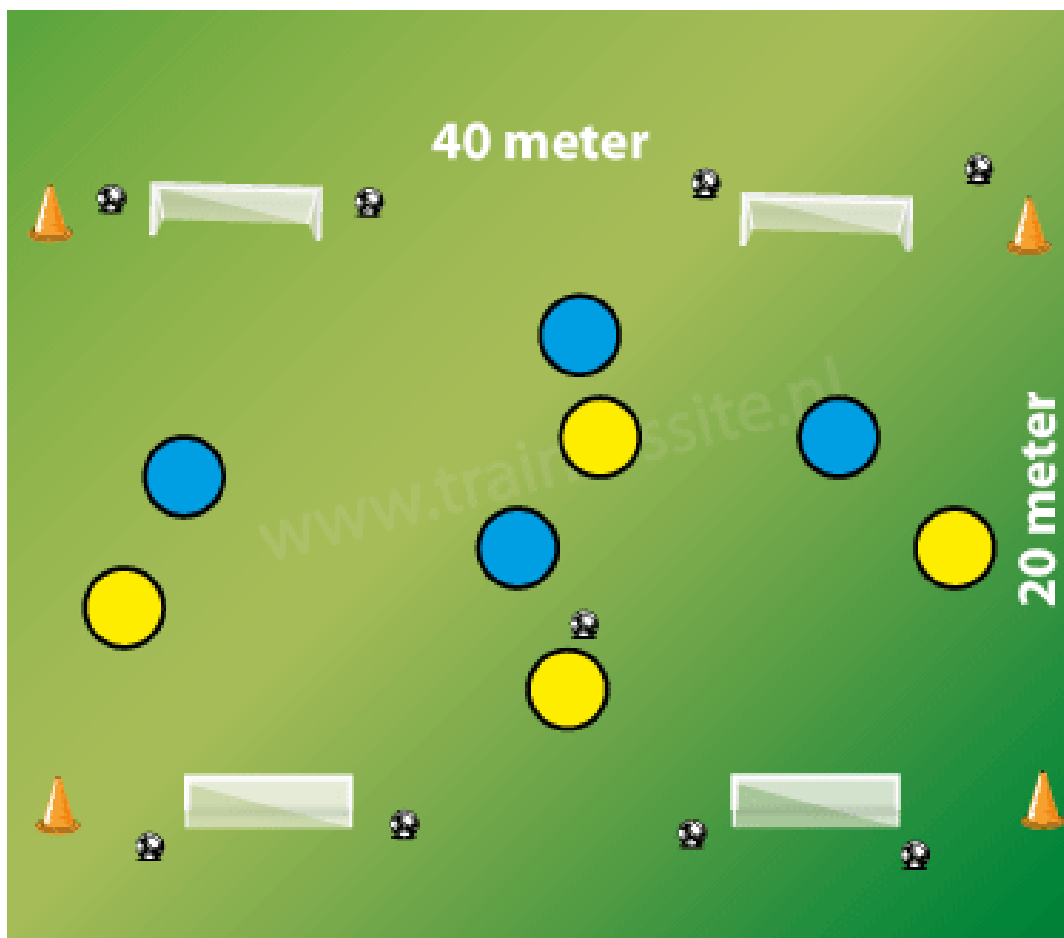


### Organisatie

- Helpt van de spelers een bal (bij pylon B)
- Overige spelers zonder bal bij pylon A
- Speler 1 speelt de bal naar speler 2
- Speler 2 neemt de bal aan, dribbelt naar de schietlijn en schiet de rollende bal op doel
- Speler 2 haalt de bal op en gaat naar pylon B, speler 1 sluit aan bij pylon A
- Als speler 1 bijna schiet, mag de volgende bal ingespeeld worden
- Welke speler heeft het vaakst gescoord na bijvoorbeeld 8 minuten?

## Partijspel 4 tegen 4 op 4 doeltjes - breed veld

Oefenstofnummer: 1389



### Organisatie

- We spelen een partijspel 4 tegen 4, waarbij ieder team kan scoren op 2 kleine doeltjes (die aan de zijkant van het veld staan)