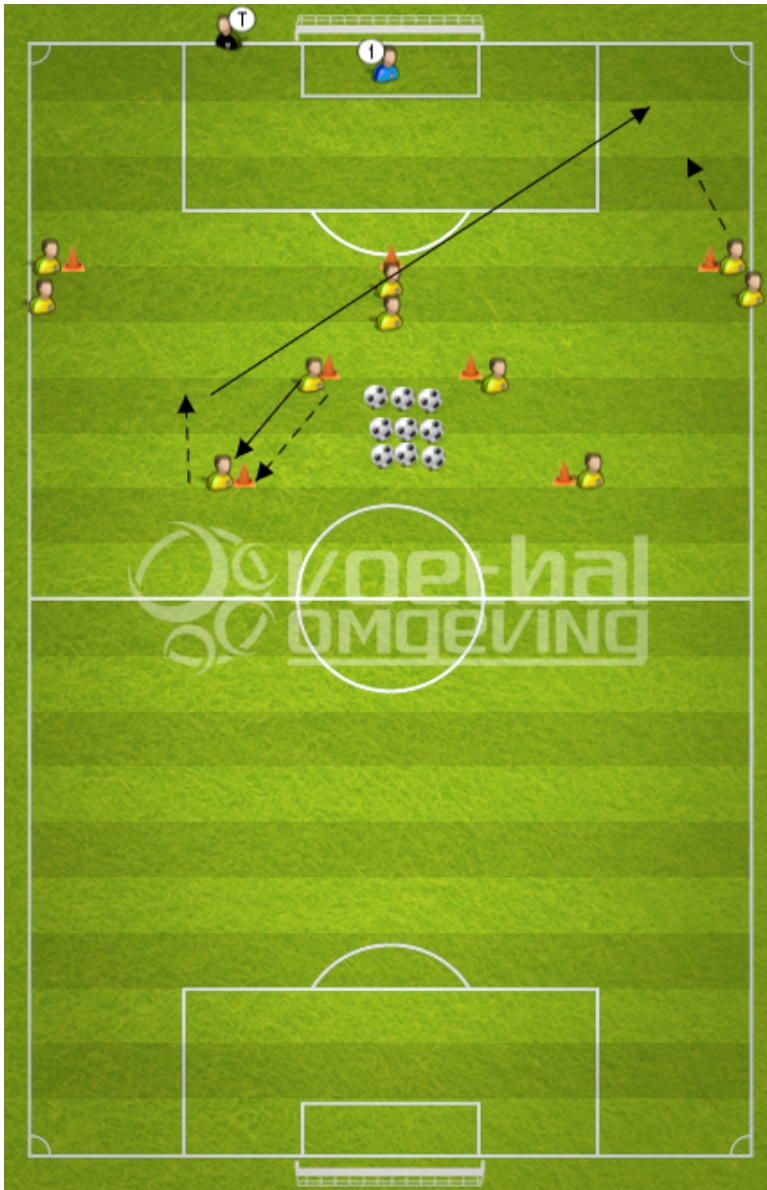




B-junioren en A-junioren - afwerken vanuit voorzet na crosspass door de lucht van verdediger

Uncategorized,



Het verbeteren van de korte pass, de crosspass door de lucht, de voorzet en het afwerken op doel na een voorzet staan centraal in de oefening. Als trainer kun je aandacht besteden aan: aannemen van de bal in beweging en voorwaartse richting voorafgaand aan de pass door de lucht, de vooractie door de aanvaller om ruimte te maken voor de dieptepass, de voorzet laag en hard bij de eerste of hoog bij de tweede paal.

Organisatie

- 1 keeper
- 8 tot 10 spelers
- 8 tot 10 ballen
- Spelers van de korte pass en de crosspass wisselen steeds van plek.

Coaching

- Korte pass geel naar geel
- Crosspass van rechts naar links e.a.
- Voorzet
- Afwerken door 2 aanvallers

Overige

Crosspass

- Trap de bal met de wreef voor de aanvaller uit.
- Trap "door" middels het doorzwaaien van je passbeen
- Liever te hard/uit dan te zacht/onderschept.

Voorzet

- Neem de bal aan en dribbel van buiten naar binnen.
- Geef de voorzet een meter vanaf de achterlijn ter hoogte van de 16 meter lijn.