



Bij deze oefening staan de basistechnieken passen over de grond, aannemen, opendraaien en schieten centraal. De trainer kan hierbij de volgende aandachtspunten geven; speel in over de grond, speel in op het buitenste been, draai open in de richting van de volgende ontvanger, werk af vanuit controle en techniek, niet (alleen) vanuit kracht.

### Organisatie

'-2 pupillen doelen

-14 spelers

-spelregels:

direct scoren = 2 punten

scoren vanuit rebound = 1 punt

twee rondes van 10 minuten

na 1 ronde komen spelers met meeste/minste punten bij elkaar

### Coaching

'-Speler 1 passt naar speler 3.

-Speler 3 kaatst op speler 2.

-Speler 2 passt naar speler 4.

-Speler 4 maakt een een-twee-combi met speler 3 .

-Speler 4 maakt een een-twee-combi met speler 5.

-Speler 4 werkt direct af.

-Speler 5 werkt eventueel af via de rebound.

-Alle spelers draaien 1 positie door.

### Overige

'-Pass binnenkant voet over de grond en zuiver

-Opendraaien in de richting vd volgende ontvanger.

-Werk af met links vanaf links.

-Werk af met rechts vanaf rechts.