



Bij deze trainingsvorm staat het positiekiezen in balbezit centraal, waarbij de aanvaller of speler in balbezit, met zijn rug naar zijn directe tegenstander staat gedraaid. De trainer kan gebruikmaken van de volgende coachopmerkingen: kies schuin positie ten opzichte van elkaar, open de passlijnen naar elkaar, speel onder druk de 3e man vrij na een pass voorwaarts en een pass achterwaarts.

Organisatie

- Speelveld 32/18 meter
- Speelveld twee keer uitzetten
- Doorwisselen na twee doelpunten in de kleine doeltjes.

Coaching

Beschrijving van de oefening:

- Speler paars (onderin beeld) passt de bal naar een van de aanvallers geel.
- Spelers blauw verdedigen actief en proberen de bal te veroveren.
- Spelers blauw halen recht van aanval bij speler paars.
- Spelers geel scoren via twee kleine doelen en krijgen via paars opnieuw de bal.

Overige

Makkelijker maken:

- 2 tegen 2 ipv 3 tegen 3

Moeilijker maken:

- Maximaal twee balcontacten opbouwende helft.
- Vrij spel aanvallende helft.