



Bij deze trainingsvorm staat het uitspelen van een tegenstander centraal. De trainer kan hierbij de volgende coachopmerkingen maken: verdediger passt de bal voorwaarts naar de middenvelder of de middenvelder passt de bal voorwaarts naar de aanvaller, neem de bal terug aan weg van de verdediger, beweeg direct door na de pass.

### Organisatie

Beschrijving van de oefening:

- 8 aanvallers (geel).
- 4 verdedigers (blauw).
- Puntentelling:
  - \* keeper heeft bal klem = 1 punt voor blauw
  - \* verdediger passt naar trainer = 1 punt blauw
  - \* geel scoort = 1 punt geel

### Coaching

Beschrijving van de uitvoering:

- Speler geel passt de bal naar medespeler geel met verdediger (blauw) in de rug.
- Verdediger blauw mag na de aanname 100% verdedigen.
- Tegenstander blauw wordt uitgespeeld mbv 1 tegen 1 of samenspel.
- Geel scoort op doel + doelverdediger.
- Blauw verovert en passt naar trainer.

### Overige

Moeilijker maken van de oefening:

- 3 aanvallers tegen 2 verdedigers.
- 2 aanvallers tegen 1 verdediger + extra bijkomende verdediger na de start.