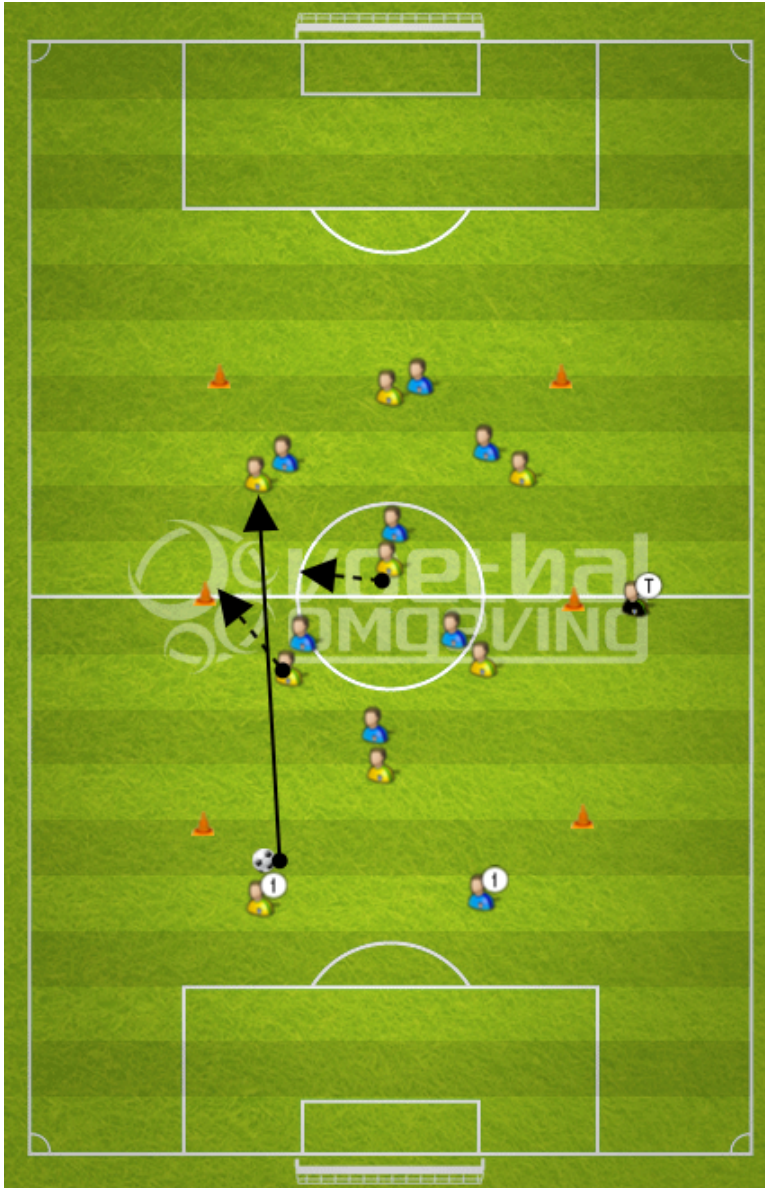




## D-pupillen en C-junioren - positiespelen voor de eerste trainingen na de winterstop

Uncategorized,



De eerste trainingen na de winterstop staan in het teken van het 'terugpakken' van balgevoel en balgewenning. De spelers kunnen prima belast worden in grotere positiespelen, waarbij 'bijzondere spelregels' zorgen voor voldoende arbeid. De trainer kan aandacht besteden aan: in balbezit uit de duels blijven door een goede eerste aanname een snelle pass, in beweging blijven in plaats van blijven staan, ruimtes maken en ruimtes benutten.

### Organisatie

Beschrijving van de organisatie: - Speelveld 50 meter lang en 30 meter breed - 4 keer 4 minuten - Tussendoor 2 minuten rust Let op: - Er heeft altijd 1 partij recht van aanval.

### Coaching

Beschrijving van de oefening: - Partij geel 7 + 1 keeper. - Partij blauw 7 + 1 keeper. - Partij in balbezit scoort m.b.v. een lijndribbel en ontvangt bij de eigen keeper een nieuwe bal. - Partij zonder bal moet de bal veroveren en recht van aanval halen bij de eigen keeper.

### Overige

Beschrijving van de uitvoering: - Start met een goede veldbezetting: lengte, breedte, 3 linies - Sla mensen over in de opbouw wanneer de tegenstander druk gaat zetten. - Zorg voor voldoende aanspeelpunten in balbezit door voortdurend naar vrije ruimten (door) te bewegen.