



Bij deze trainingsvorm staat het positiespel in balbezit centraal. De trainer kan de volgende coachopmerkingen gebruiken: maak optimaal gebruik van de ruimte door het speelveld in alle richtingen groot te maken, hou de bal vast wanneer je tijd hebt, speel de bal af wanneer je geen tijd hebt.

Organisatie

Beschrijving van de uitvoering:

- Speelveld 30/20 meter
- Wissel?

Bij balverovering door team paars.

Bij uitbal door team geel of team blauw.

Coaching

Beschrijving van de uitvoering:

- Team geel (3 man) speelt samen met team blauw (3 man).
- Team paars (3 man) probeert de bal te veroveren.

Overige

Moeilijker maken:

- Maximaal 2x raken
- Verplicht 2x raken