



Bij deze trainingsvorm staat het uitspelen van een tegenstander centraal. De trainer kan hierbij de volgende coachopmerkingen maken: speel de tegenstander uit met behulp van een passeeractie, speel de tegenstander uit met behulp van een combinatie, waar ligt de meeste ruimte om naartoe te passeren?

Organisatie

Beschrijving van de oefening:

- 6 spelers verdeelt over drie tweetallen.
- Na het kruisen en meegeven van de bal start het volgende tweetal aan de andere kant.

Coaching

Beschrijving van de uitvoering:

- Speler geel met bal dribbelt van buiten naar het midden richting de passieve tegenstander (trainer).
- Speler geel zonder bal kruist achterlangs en krijgt de bal mee.
- Beide spelers sluiten aan andere kant achteraan.
- Vanaf die kant starten de volgende twee spelers in omgekeerde richting.

Overige

Moelijker maken van de oefening:

- Passieve tegenstander wordt actieve tegenstander met beperking door alleen te verdedigen op de lijn.
- Keuze vrij tussen individuele actie of samenspel.