



Bij deze trainingsvorm staat het samenspel centraal. De trainer kan hierbij gebruikmaken van de volgende coachopmerkingen: pass de bal naar een speler die tijd heeft, hou de bal vast wanneer je niet word aangevallen.

Organisatie

Beschrijving van de oefening:

- Speelveld 25/15 meter.

- Wisselen:

Op tijd, bijvoorbeeld 3 minuten.

Met punten, bijvoorbeeld 3 punten voor paars.

Coaching

Beschrijving van de uitvoering:

- Team geel speelt op balbezit.

- Team paars probeert de bal te veroveren en de rechthoek uit te dribbelen.

Overige

Moelijker maken van de oefening:

- 2 ballen in plaats van 1 bal.

- niet meer terugspelen naar dezelfde speler.