



Bij deze oefening wordt het passeren binnendoor, gevolgd door het afwerken op doel getraind zoals Memphis Depay dit vaak doet. Linksbenige spelers starten vanaf rechts, passeren naar binnen en werken af met hun linkerbeen. Rechtsbenige spelers starten vanaf links, passeren naar binnen en werken af met hun rechterbeen.

Organisatie

- 1 doel met keeper(s)
- 2 verdedigers.
- 6 tot 10 aanvallers.
- Voldoende pionnen.
- Voldoende ballen.
- Voldoende hesjes voor de verdedigers.

Coaching

Oefening 1:

- Aanvaller (geel) passeert tegenstander (blauw) na dribbel binnendoor en werkt af.

Oefening 2:

- Aanvaller (geel) passeert tegenstander (blauw) vanuit stilstand binnendoor en werkt af.

Overige

Makkelijker maken:

- Met aanvalsdribbel.
- Afstand van schieten verkleinen.
- Verdediger start op korte lijn (2 meter).

Moeilijker maken:

- Zonder aanvalsdribbel (vanuit stilstand passeren).
- Afstand van schieten vergroten.
- Verdediger in grotere ruimte laten verdedigen.