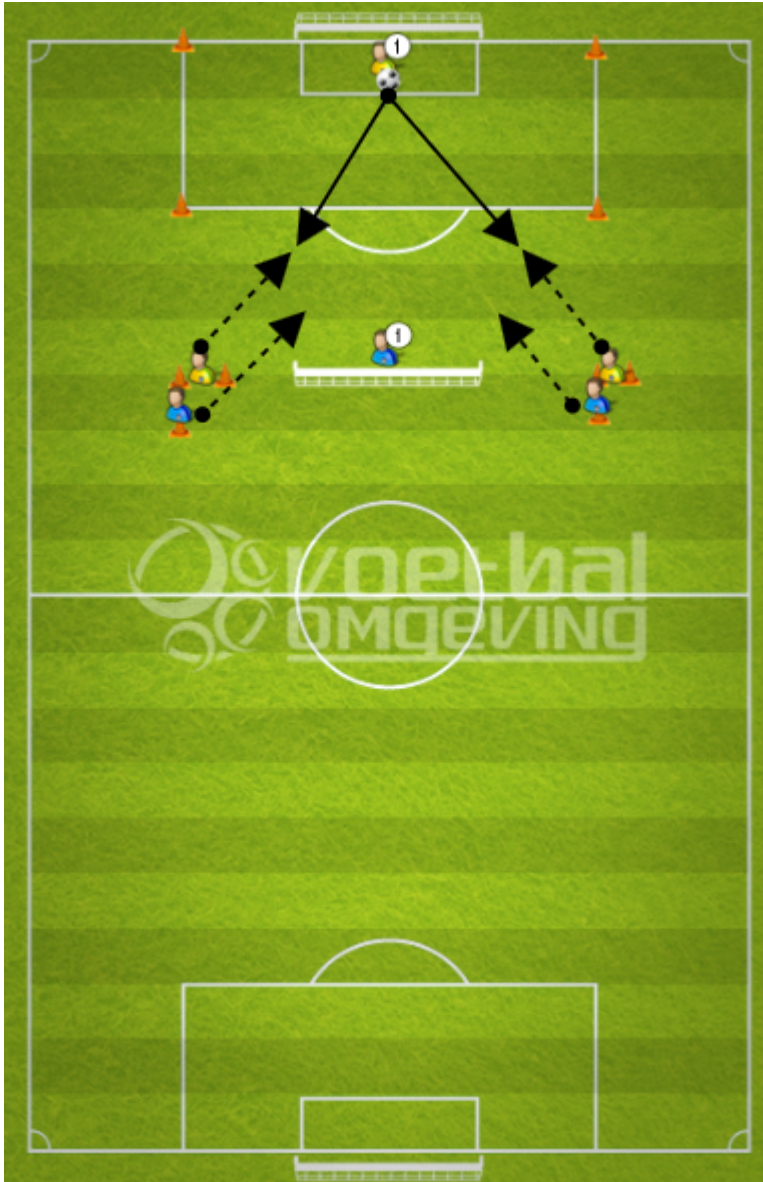




## onder 16 t/m 19-duelvormen 1 tegen 1 rugwaarts binnen partijspel 2 tegen 2.

Uncategorized,



Een tegenstander in durven spelen met een man in zijn rug vraagt veel training. De verdediger moet kort durven zitten om de aanvaller niet in te laten draaien. De trainer kan gebruikmaken van de volgende coachopmerkingen: verdedig als een 'rugzak' door binnen een meter van de aanvaller te verdedigen, dek de aanvaller door en geef geen tijd en ruimte aan de aanvaller om te draaien en frontaal te komen.

### Organisatie

De organisatie: - Speelveld: 35 meter lang en 25 meter breed. - Spelregel: alleen scoren vanaf de helft van de tegenstander. - Doordraaien: na x aantal beurten of minuten voor de aanvallers.

### Coaching

De uitvoering: - Aanvallers en verdedigers starten aan dezelfde kant. - Aanvallers geel nemen initiatief; verdedigers blauw volgen. - Keeper geel gooit de bal naar een van de twee aanvallers van geel. - Aanvallers geel scoren op doel + doelverdediger. - Verdedigers blauw scoren na balverovering op doel + doelverdediger van geel. - Wisselen van viertal na doelpunt, uitbal of achterbal.

### Overige

De coachopmerkingen: Verdedigen: - Dek je directe tegenstander en laat hem niet opendraaien. - Deel uit in de duels, gebruik je hele lichaam en volg je directe tegenstander.