



Dit is een oefening waarin er een partijspel 3 tegen 3 gespeeld wordt met 2 doelen en 2 keepers. Het doel van deze oefening is om vanuit de combinatie of eigen actie een overtal te creëren. Door een tegenstander uit te spelen kan je 3 tegen 2 of 2 tegen 1 spelen en proberen een doelpunt te scoren. Stimuleer het maken van een actie en moedig aan om mensen na een actie op doel te laten schieten. Het veld is kort en daardoor kan er vanaf elke positie in het veld gescoord worden.

Organisatie

- Speelveld 30 meter lang en 15 meter breed.
- We spelen om 1 doelpunt.
- Winnende drietal blijft staan.
- Verliezende drietal wisselt.
- Welk drietal scoort de meeste punten in 5, 10 of 15 minuten?

Coaching

Balbezit:

- 3 veldspelers vormen een driehoek.
- Punt naar voren, naar achteren of naar opzij.
- 1 veldspeler op helft A, 2 veldspelers op helft B.
- 2 veldspelers op helft A, 1 veldspeler op helft B.

Overige

- Scorende drietal behoudt de bal = heel snel omschakelen.
- Bal uit/achter/naast = spel hervatten bij de keeper.