



Bij dit partijspel staat het onder druk inspelen van een medespeler, welke met zijn rug naar zijn tegenstander en het doel van de tegenstander staat, centraal. De trainer kan hierbij de volgende aandachtspunten geven: speel de bal aan de kant waar de verdediger niet staat (vrije kant); scherm de bal af door lichaam tussen bal en tegenstander te houden; de ontvangende speler staat niet met rug maar met schouder ingedraaid naar zijn tegenstander; scherm de bal alleen af wanneer de tegenstander in je rug verdedigt; zet een blok en draai weg wanneer de tegenstander ervoor probeert te komen. Als extra optie kan gebruik worden gemaakt van een extra aanspeelpunt.

Organisatie

- Speelveld 40 meter lang, 30 meter breed.
- Extra aanspeelpunten mogen niet scoren en maximaal 2x de bal raken.
- Extra aanspeelpunten spelen mee bij de partij in balbezit.

Coaching

- Veldbezetting waarbij alle spelers aanspeelbaar zijn.
- Diep denken, diep kijken en waar mogelijk diep spelen.
- Onder druk voorwaarts passen en aansluiten
- Keeper gebruiken als extra veldspeler.

Overige

- Leer de juiste keuzes maken in een kleine ruimte en onder hoge druk.