



Dit is een oefening waarin een positiespel 4 tegen 4 plus 3 neutrale spelers wordt gespeeld. De nadruk ligt hier op het zoeken naar de vrije man. Probeer bij het aanspelen van een teamgenoot de bal na te coachen. Zo weet de speler die de bal krijgt wat hij moet doen. Kan je een overtal creëren door een combinatie te spelen, doe dit dan. Kan je de bal niet kort spelen, hanteer dan de lange bal naar een van de neutrale spelers aan de buitenkant en sluit bij.

Organisatie

-speelveld 30 meter lang en 20 meter breed

-wisselen?

na balovererving geel komt blauw in het midden

4 gele + 3 paarse spelen samen

-bal uit betekent hervatten bij de trainer

Coaching

Balbezit

-posities 3 neutrale spelers paars? 2 korte zijde, 1 centraal

-posities 4 spelers blauw bij balbezit? 2 aan de zijkant, 2 centraal

-uitspelen van de 4 verdedigers dmv pass voorwaarts of

Overige

makkelijker?

-ruimte groter

-4 tegen 4 + 4 neutrale spelers

moeilijker?

-ruimte kleiner

-verplicht 2 keer raken

-niet meer terugspelen naar dezelfde speler