



Dit is een oefening waarin een positiespel 4 tegen 4 plus 4 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 30 meter breed.
- Wisselen na balverovering .
- Bal uit betekent hervatten bij de trainer.
- Punten scoren: Na aanspelen + balbezit houden via neutrale speler = 1 punt.

Coaching

Balbezit; posities 4 neutrale spelers paars?

- Midden van de 4 zijdes.
- 4 spelers geel + 4 spelers blauw centraal.
- Spelers overslaan betekent verste speler aanspelen.
- Pass voorwaarts gevolgd door onder komende 3e man.

Overige

Makkelijker maken?

- Ruimte groter.
- Geen beperkingen bij balbezit
- Beperkingen niet te moeilijk maken.

Moeilijker maken?

- Ruimte kleiner maken.
- Verplicht 2 keer raken.
- Niet meer terugspelen naar dezelfde speler.