



Dit is een oefening waarin een positiespel klein 4 tegen 2 wordt gespeeld. De nadruk ligt in deze oefening op het zoeken naar de vrije man. Door een hoge handelingssnelheid toe te passen en de bal snel naar een vrije ploeggenoot te passen geef je je teamgenoten de tijd om rustig de bal aan te nemen en het spel goed voort te zetten.

### Organisatie

- speelveld 20 meter lang, 12 meter breed
- verdedigers proberen bal te veroveren
- scoren de verdedigers in 1 van de 2 kleine doelen? wisselen van verdediger

### Coaching

- balbezitter heeft 3 afspeelmogelijkheden; 1 links, 1 rechts, 1 in voorwaartse richting
- spelers zonder bal staan niet in de hoek, maar op het midden van een zijde
- speler met bal denkt, kijkt en passt zo veel als mogelijk voorwaarts
- spelers zonder bal op de lange zijde bewegen naar de korte zijdes

### Overige

makkelijker:

- vrij aantal balcontacten

moeilijker:

- maximaal 2 balcontacten per speler per keer
- verplicht 2 balcontacten per speler per keer
- niet meer terug spelen naar dezelfde speler