



Het voetbalseizoen nadert zijn einde. Een mooi moment om het seizoen op een leuke manier af te sluiten. Trainingsvormen gericht op fun zijn bij uitstek geschikt vanwege de onderlinge competitie. De druk en behoefte om nieuwe tactieken en technieken aan te leren is laag. Een competitieve trainingsvorm zorgt voor een heerlijke sfeer. Deze oefening noemen we ook wel 'King of the court'. Een soort soccersquash waarbij passen en aannemen centraal staat. **Tip:** dergelijke trainingsvormen zorgen tijdens het reguliere seizoen ook voor een heerlijke sfeer!

Organisatie

Beschrijving van de organisatie:

-Per 2-tal een bal.

-Spelregels:

*verplicht over de grond passen.

*verplicht aannemen en passen (geen direct spel).

*verplicht door het poortje passen.

*bij een gelijkspel wint de speler die 1-0 heeft gescoord.

Coaching

Beschrijving van de oefening:

-Speler geel passt door het poortje naar speler blauw.

-Speel elkaar de bal hard in en dwing je tegenstander tot het maken van een fout (zie spelregels).

-Na 2 minuten schuift de winnaar door naar links; de verliezer schuift terug naar rechts.

-welke speler wordt de passkoning of koningin?

Overige

Aandachtspunten bij de uitvoering:

-De bal passen zonder beperking of opdrachten.

-De bal verplicht met rechts aannemen en rechts passen (of verplicht links/links).

-De bal verplicht met links aannemen en met rechts passen (of verplicht rechts/links).