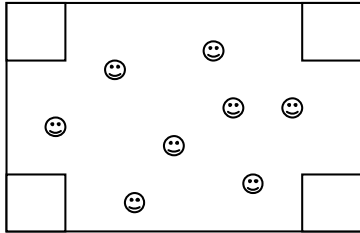


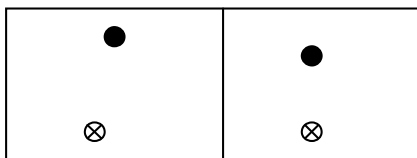


Warming-up: Naar een vak dribbelen



- Iedere speler heeft een bal
- Men dribbelt in een afgebakende ruimte
- Op teken van de trainer moet men zo snel mogelijk naar hoek 1, 2, 3 of 4 dribbelen
- Wedstrijdvorm
- Diverse varianten aanbieden
- Grootte vak: 30 m x 25 m

Kern A: Duel 1 : 1



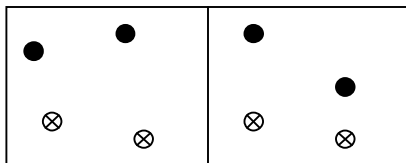
- Duel 1 : 1 na een paar minuten wisselen
- Scoren door over de achterlijn te dribbelen

Opmerkingen:

*“Speel de bal niet te ver voor je”*  
*“Bescherm de bal goed”*

***“Probeer je tegenstander snel te passeren”***

Kern B: Lijnvoetbal 2 : 2



- Tweetal akn scoren door de bal over de lijn van de tegenstander te dribbelen.
- Toernooivorm: 3 rondes van 3 minuten

Opmerkingen:

*“Probeer het samen te doen”*  
*“Maak snel een doelpunt als je de bal veroverd hebt.”*

Partij: Lijnvoetbal 4 : 4

- men kan scoren door over de achterlijn te dribbelen
- hierna heeft men nog de mogelijkheid om het kleine doeltje te scoren = extra punt!
- Denk aan het coachen!

