adidas

coerver COACHING

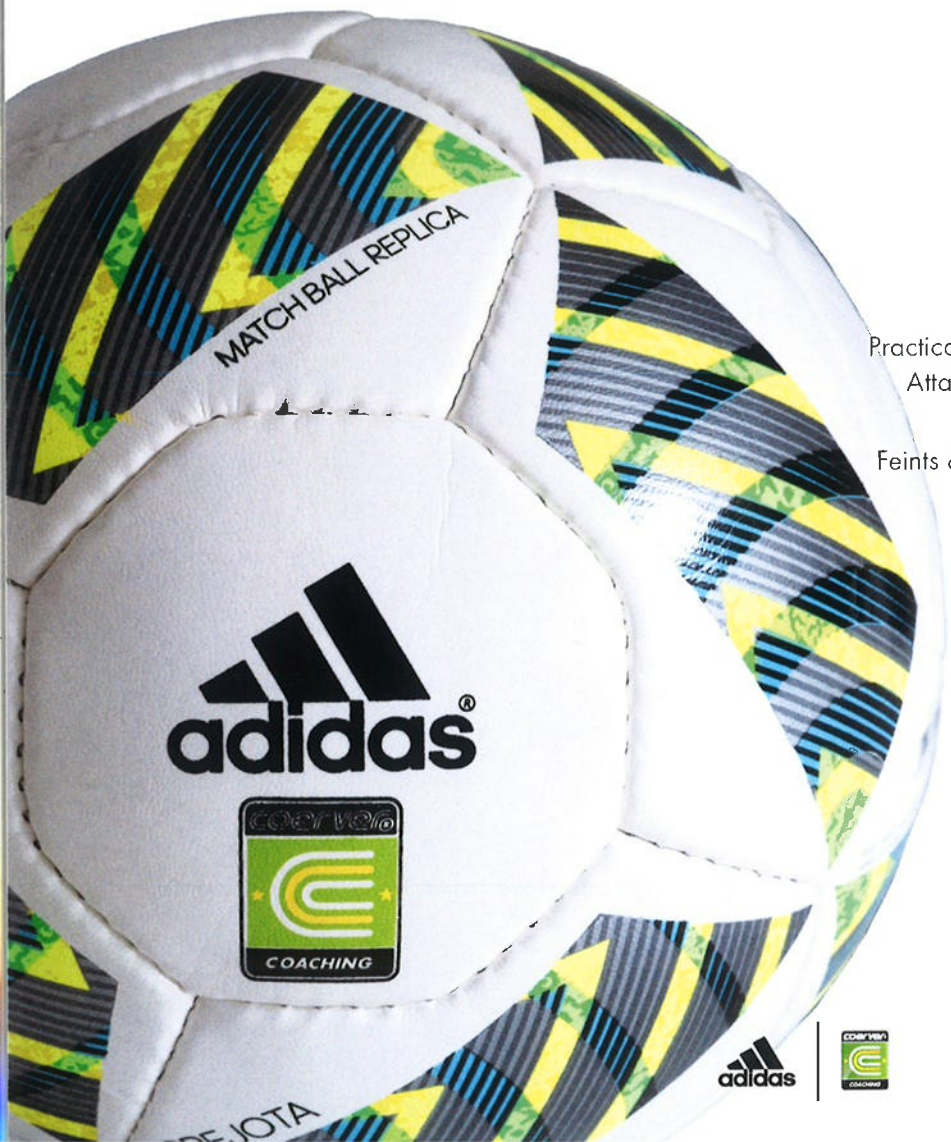
coerver® intro

course handbook

coerver® intro

course contents

A message from adidas®	3
Welcome: Alfred Galustian - Co-founder Coerver® Coaching	4
Presenter Profile: Scott Wright - Director Coerver® Coaching England & Wales	5
Coerver® Coaching: History	6
Coerver® Coaching: Today	7
The Expert's View	8
Coerver® Mission & Values	9
Our Approach to Coaching: Coerver® 5 Principles	10
The Coerver® Coaching System Of Player Development	11
Why We Teach	12
What We Teach	13
How We Teach	14
Our Approach - Individual	15-16
Our Approach - Small Group	17-18
Our Approach - Team Style	19-20
Practical 1: Ball Mastery / 1 v 1 : Change Of Direction	21-27
Practical 2: 1 v 1 - Stops & Starts / 1 v 1: Attack & Defence (Opponent in Front)	29-35
Practical 3: 1 v 1 - Feints & Mentality (The Coerver® Code)	37-49
Coerver® Youth Diploma	50
Play Like the Stars Roadshow	51
Coerver® Intro	52
Coerver® Social Media	53
FourFourTwo Performance	54
Thank You	55



adidas® is a part of football history, not only are we one of the world's leading sporting goods brands, but we also take pride in contributing to the development and improvement of the game.

adidas® and Coerver® Coaching has touched millions of players and coaches all over the world for more than 32 years and in the future will provide many more with the opportunity to enjoy and improve in this "beautiful game".

adidas® is committed to this area of "grassroots" football and through its global grassroots partner, Coerver® Coaching, provides:

- ***The world's leading football education brand; combining fun with improving performance.***
- ***A program that is unique in that it touches elite as well as recreational players and teachers.***
- ***A program that is global through key markets, services and materials.***

www.adidas.com

coerver intro

welcome - alf galustian

Dear Coach,

Firstly, I would like to thank you for attending our Coerver® Intro Course.

From our experience of over 32 years as specialists in skills teaching - working from grassroots right through to top clubs and federations in 43 countries, we have devised our new Coerver® Coach Education Pathway. The first step of this pathway is our new "Intro" course.

Throughout football history, many of the world's top players have been masters of the ball and outstanding 1 v 1 players.

1 v 1 is often regarded as "Talented" player domain; and an area that cannot be taught and that it is "natural".

We challenge that notion and this course will give you an idea of what and how we teach within both of these important topics.

While Ball Mastery & 1 v 1 are only two parts of the Coerver® Coaching curriculum, they are important topics to us for several reasons.

Players with total mastery of the ball and good 1 v 1 skills can often make the difference in a game, e.g. creating goal scoring chances despite being outnumbered by opponents or having the ability to retain possession of the ball in tight spaces when options are limited.

Ball Mastery & 1 v 1 drills and games are also great ways of improving speed and strength. Players with good Ball Mastery & 1 v 1 skills also usually develop an "inner-confidence". Confidence can be the vital factor in players reaching the highest levels of the game.

After many years of experience in teaching these areas, we believe young players are best taught such skills between the ages of 7-15. At these ages, the co-ordination and fluency needed are developed relatively quickly. Once these skills have been learned, many players are able to use them more spontaneously at speed using either foot, effectively in full pressure game situations.

We hope this course is useful to you. With my best wishes.

Alfred Galustian

Alf Galustian
Co-Founder, Coerver® Coaching

coerver intro

Instructeur - Rainel Woerdings

Rainel Woerdings,

C.E.O en Technical Director van Coerver Coaching Nederland.
Rainel coacht al meer dan 14 jaar en is sinds 2008 een Uefa Gecertificeerde coach
7 jaar geleden heeft hij overstap gemaakt naar techniek trainer.

Sinds hij deel uit maakt van Coerver Coaching heeft hij meerdere Youth Diploma's meegemaakt en heel veel meegereisd met Coerver Coaching Co - founder Alf Galustian.

Vorig jaar heeft hij in Lagos, Nigeria voor het eerst zelfstandig de Youth Diploma verzorgd en sindsdien volgden er meerdere trainerscursussen.

Opleiding

Corporate Communications/Public Relations
Uefa C

Techniek trainer/Adviseur

Fc Omniworld
Balcontrole
Training sessies voor Adidas (NL/Be)
Coerver Coaching Technical Coach Instructeur

Coaching Carriere

2002-2009 a.s.v. Fortius/Fc Omniworld (Almere City)/De Zuidvogels
2009-2013 Dutch SoccerskillZ Academy
2013 - heden Coerver Coaching Director Nederland

coerver® intro

coerver® coaching - history

In the late 1970s, the Dutch European Championship winning coach Wiel Coerver led a revolution in soccer coaching.

Coerver was dissatisfied with the lack of individual skills and with an over-emphasis on defensive play in the professional game; an emphasis that many thought was stifling the more exciting, attacking style of play necessary to score goals and attract fans.

wiel coerver

Charlie Cook, Wiel Coerver, Alf Galustian

In 1984 and inspired by Wiel Coerver's philosophy, Alfred Galustian and Charlie Cooke founded what is now known around the world as Coerver® Coaching.

The first Coerver® Coaching camp was in Lake Placid, New York, 1985.

(Lake Placid coaches pictured: Mick Hoban, Andy Lynch, Sir Stanley Matthews, Wiel Coerver, Alfred Galustian and Charlie Cooke)

Up to that point, little attention had been given to individual skill development because no-one knew how to teach these skills. It was also a time when it was widely assumed that the great players of the game were innately gifted far beyond the capabilities of the average player.

Wiel Coerver's early focus was on teaching ball mastery and 1 v 1 skills by encouraging players to emulate the "moves" of soccer's greats of that time, such as Sir Stanley Matthews, Cryuff, Beckenbauer and Pele.

coerver® intro

coerver® coaching - today

Coerver® Coaching has influenced millions of players and coaches during it's 35 year history since being founded in 1984:

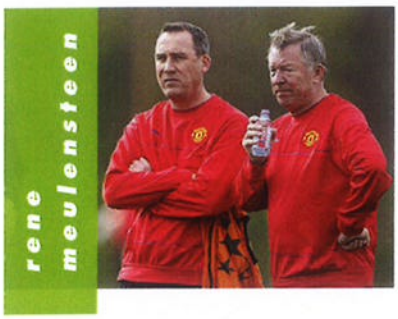
- Official programmes in 47 Countries;
- Numerous national federation, professional club and educational Institutional partners;
- A global CSR program with FIFA's Football for Hope program;
- 30-year partnership with the world's leading football brand, adidas®.

coerver® intro

the experts view

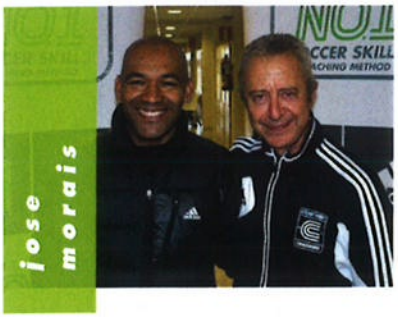
FIFA World Cup™ & UEFA EURO Champion Manager

"Alfred's Coerver® Coaching course at Real Madrid was very well received by us all since our goal, especially in the formative years, is technical excellence. Unless players are highly technical it does not matter what system or tactic you play, at the highest level you will probably lose."



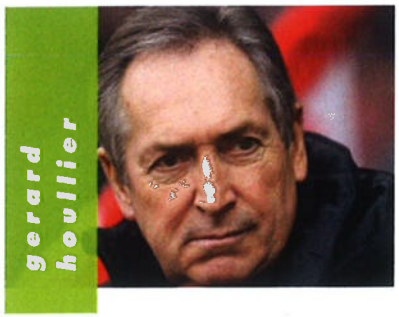
Former Manchester United FC 1st Team Coach

"I was appointed by Sir Alex Ferguson as Technical Coach of Manchester United because I was a Coerver® Coach. He and I feel that the Coerver® Coaching program is the top way of teaching technical skills."



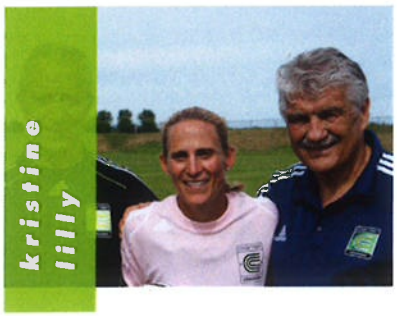
Former Assistant First Team Coach - Chelsea FC,
Former First Team Coach Real Madrid CF & Inter Milan FC

"At the early ages the foundation of teaching should focus on technique, Coerver® was the first time I had been exposed to a curriculum, which focused on this philosophy. Since the early years, Coerver® has added game related and full game pressures to all of the skills - that was perfect for me in my work".



Former Technical Director French Football Federation,
Former manager Liverpool FC, Lyon FC & Aston Villa FC

"Coerver® Coaching is the best technical skills teaching method I have come across; even after 32 years it continues to evolve and excite."



Most capped professional player of all time - USA Women
2 x FIFA World Cup™ Champion, 2 x Olympic Champion

"Coerver® Coaching has history - it's authentic and the best soccer teaching programme I have seen. I worked with the Coerver® programme throughout my career - it certainly made me a better player"

coerver® intro

coerver® - mission & values

The mission of Coerver® Coaching is to professionally deliver the World's most exciting and effective soccer skills teaching system; Developing confident, creative players on the field and good citizens off it.

core values

MAKE THE GAME FUN TO PRACTICE AND PLAY

A combination of positive training environment and challenging practices; generating internal motivation and resulting in effective learning.

TEACH GOOD SPORTSMANSHIP AND RESPECT FOR ALL

Training that develops character, both on and off the pitch.

VALUE WINNING BUT NOT MORE THAN SKILL, EFFORT, AND DEVELOPMENT

Particularly in the formative ages (6-12), focus on long term development and not short term results.

1 ***SKILL*** is the foundation that all other parts of the game can be built upon

2 The Golden Ages of Skills learning are 7-11 and 12-16 years
(***IN OUR EXPERIENCE***)

3 Excellence demands effort and planned, deliberate detailed practice of increasing difficulty
(***OUR SYSTEM***)

4 Team Success depends on Individual and Small Group Skills

5 Using the Stars of the game as inspirational teaching Models
(***OUR HISTORY***)

coerver® intro

coerver® system of player development ©2010

our mission "why"

the coerver® code ©2010

our curriculum "what"

pyramid of player development ©1997

pyramid of moves ©2004

pyramid of ball mastery ©2014

our method "how"

the coerver® session planner ©2009

the coerver® skills bridge ©2009

developing the coerver® kid

When Coerver® Coaching was founded in 1984, we had in our mind the end player / person we wanted to develop through our Coerver® Coaching System.
Developing the 'Coerver® Kid' continues to be the single most motivating force for everything that we do in Coerver® Coaching.

The success and effectiveness of our team style, The Coerver® Box Trap (which is the focus of our Youth Diploma 2 course) relies on having players who possess the 5 "S" qualities of our Coerver® Kid.

The Code represents all the qualities that we feel the Coerver® Coaching System can develop, producing what we call the Coerver® Kid.

The Core is surrounded by our 5 "S" qualities:

- Skill = Vaardigheid.
- Speed = Snelheid.
- Sense = Zin
- Spirit = Sperit
- Strength = Sterkte.

They are the qualities that all great players have and the qualities that we want our Coerver® Kids to develop.

the coerver® code
©2010

coerver® intro

what we teach

pyramid of player development ©1997

ball mastery
1 player 1 ball. Repetition ball control exercises using all parts of both feet equally.

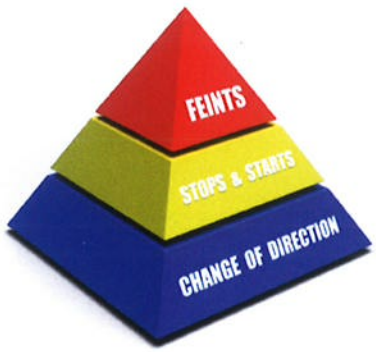
receiving & passing
Exercises and games to improve 1st touch and to encourage accurate and creative passing.

1v1 moves
Exercises and games that teach game winning individual moves and create space against packed defences.

speed
Exercises and games to improve reaction, decision and skill speed with and without the ball.

finishing
Exercises and games that improve technique and encourage instinctive play around the goal.

group play
Exercises and games that improve small group play with an emphasis on Fast Break Attacks.



pyramid of moves ©2004

changes of direction
Used to shield the ball
(blocked by defender in front / to the side).

stops & starts
Create space by using changes of pace
(blocked by defender to the side).

feints
Create space to the left or right of an opponent
(blocked by defender in front or behind).

The purpose of all Coerver® 1v1 moves is to create space to run with the ball, pass or to shoot.

pyramid of ball mastery ©2014

High Repetition exercises performed with all surfaces to include inside, outside, sole & laces parts of both feet.

Ball Mastery skills can be performed on the spot, on the move, on the ground or in the air and also help to develop balance, co-ordination and flexibility .

The Ball Mastery pyramid increases the complexity of the skills over 4 x levels from Beginner to Master.

the coerver® session planner ©2009

The outcome of many games is decided by individual players' special skills, speed or strength. However, many coaches often use practices that focus on team tactics and formations rather than individual player development.

The Coerver® Session Planner (which is the focus of our Youth Diploma 1 course) enables coaches to quickly build training sessions that focus on individual skills and develop the strong all round technical foundation that players and teams need to be successful.

Planner Segments:

1. **warm up**
   Drills and Games to improve ball control. They should be fun and competitive.
2. **speed**
   Drills & Games to improve speed with and without the ball
3. **moves**
   1 v 1 Attack & 1 v 1 Defence:Drills and Games to improve the "How, When, Where" of 1 v 1 (2 v 2 included)
4. **group play**
   Drills and Games that focus on Receiving, Passing and Finishing
5. **small sided games**
   Free & Conditioned Games 3 v 3 to 5 v 5
6. **home assignments**
   Coerver® skills for practice outside of team sessions

the coerver® skills bridge ©2009

Skill mastery to Game success.

1. Skill Training: Learn And Repeat (Coach Led)
2. Skill Stretching: Increasing Difficulty / Controlled Pressure (Coach Influenced)
3. Skill Game: Full Pressure Games (Player Led)

coerver® intro

our approach

3 TEAM STYLE

2 SMALL GROUP

1 INDIVIDUAL

Our mission as coaches/teachers is to unlock the full potential of every player/person that we work with (which is represented within the Coerver® Code ©2010).

***traditional* approach has historically started with a *team* focus**

team

individual

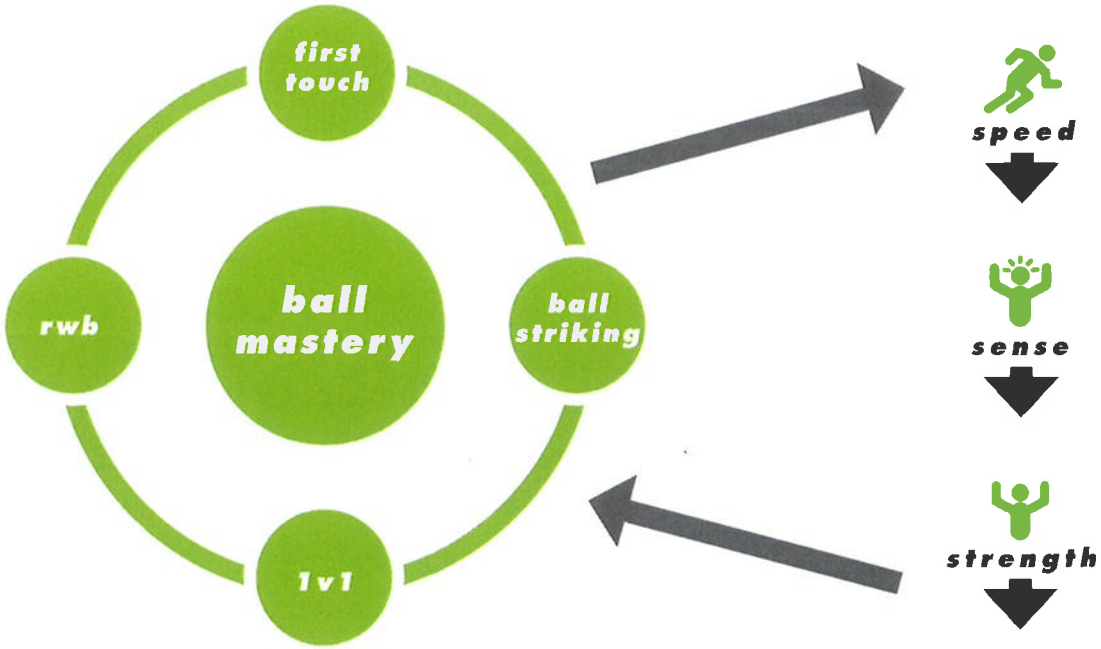
team

individual

for over 34 years the *coerver®* approach has started with an *individual* focus

coerver intro

individual core skills



When working on Core Individual Skills, it is essential that the players use both feet equally, we call this "technical balance". In our opinion, this is not something that all young players will regulate themselves - as a result, many players are "technically imbalanced" e.g. are heavily reliant on their preferred foot.

As the game evolves, there will be a high demand placed on individual technical ability and mastery of the core skills (at speed, under pressure) with both feet. Excellent decision making skills (***Sense***) and physical conditioning levels (***Strength***) are also essential to future success.

Try to integrate as many of the Core Skill together as you can into each practice. In order to achieve technical balance in the Core Skills, the coach has to control and monitor this very closely.

At Coerver®, we use a three stage process for this:

1
COACH CONTROLLED
ALL RIGHT FOOT

→

2
COACH CONTROLLED
ALL LEFT FOOT

→

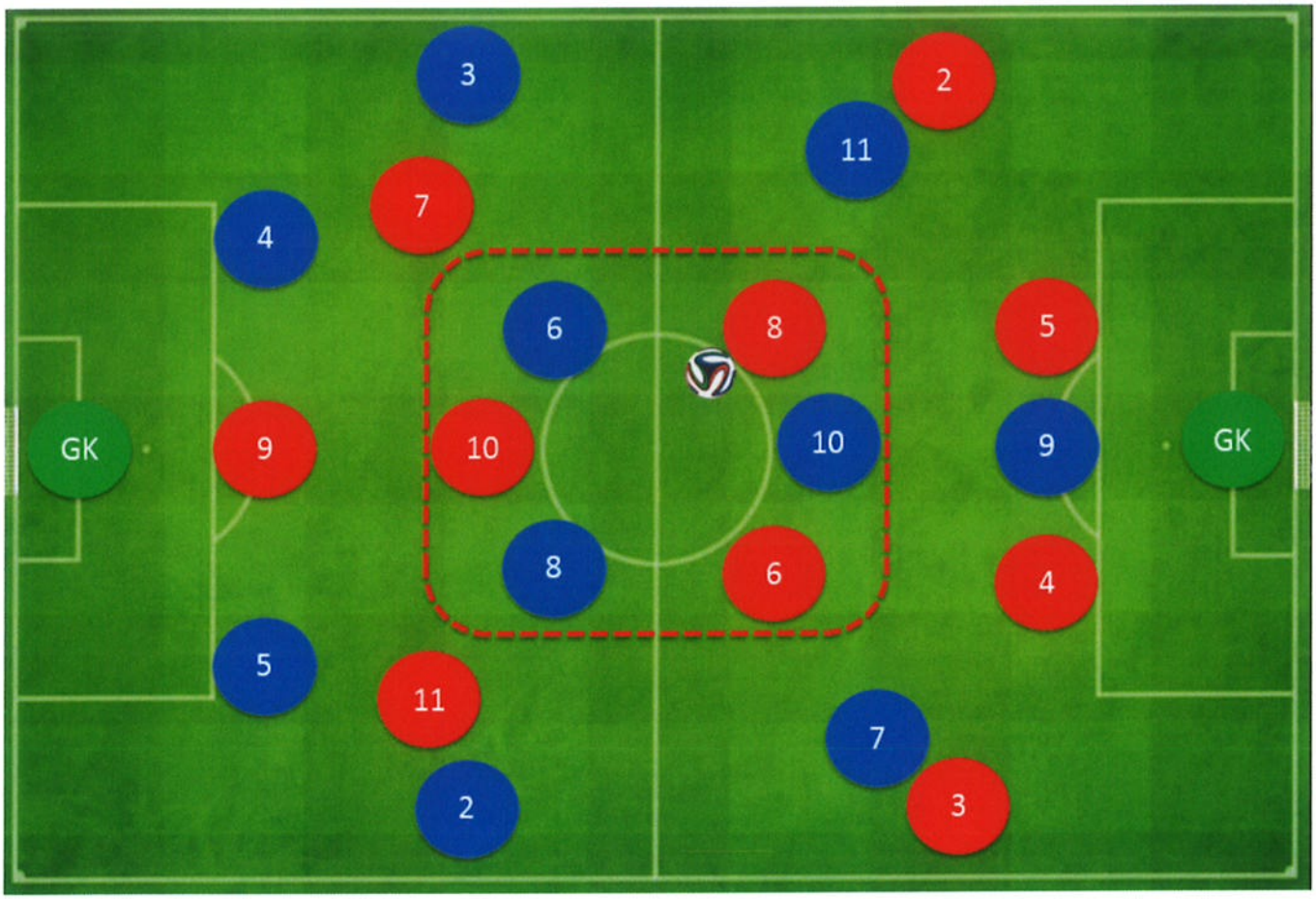
3
PLAYER CONTROLLED
Use **RIGHT** or **LEFT FOOT**

3 TEAM STYLE

2 SMALL GROUP

1 INDIVIDUAL

1. We believe that the game is where the ball is.



2. This happens in different areas of the field between players.

INDIVIDUALLY | **SMALL GROUPS**

3. The success of any team system of tactic ultimately depends on:

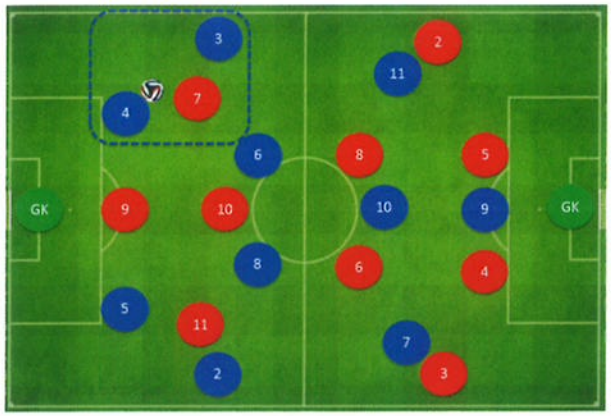
INDIVIDUAL SKILLS | **SMALL GROUP PLAY**

3 TEAM STYLE

3 SMALL GROUP

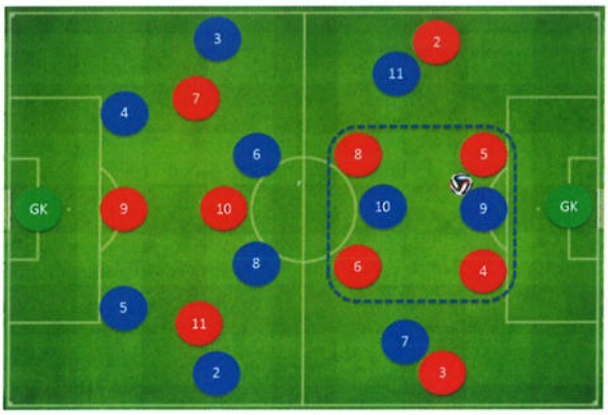
1 INDIVIDUAL

Our team style is called ***"the coerver® box/trap" ©2014.***



Phase #1: 2 v 1 - Blue Box / Red Trap

Phase #3: 3 v 3 - Red Box / Blue Trap



Phase #2: 2 v 4 - Blue Box / Red Trap

Phase #4: 3 v 2 - Red Box / Blue Trap

The ***box/trap*** is approximately 20/25 x 20/25yds or smaller anywhere on the field.

The ***box*** is Coerver® ***attack***.
The ***trap*** is Coerver® ***defence***.

The ***box*** and ***trap*** are constantly forming and reforming.

We believe it is how fast and efficiently teams form and reform that determines their effectiveness.

The ***box*** immediately becomes the ***trap*** and vice versa on every transition.

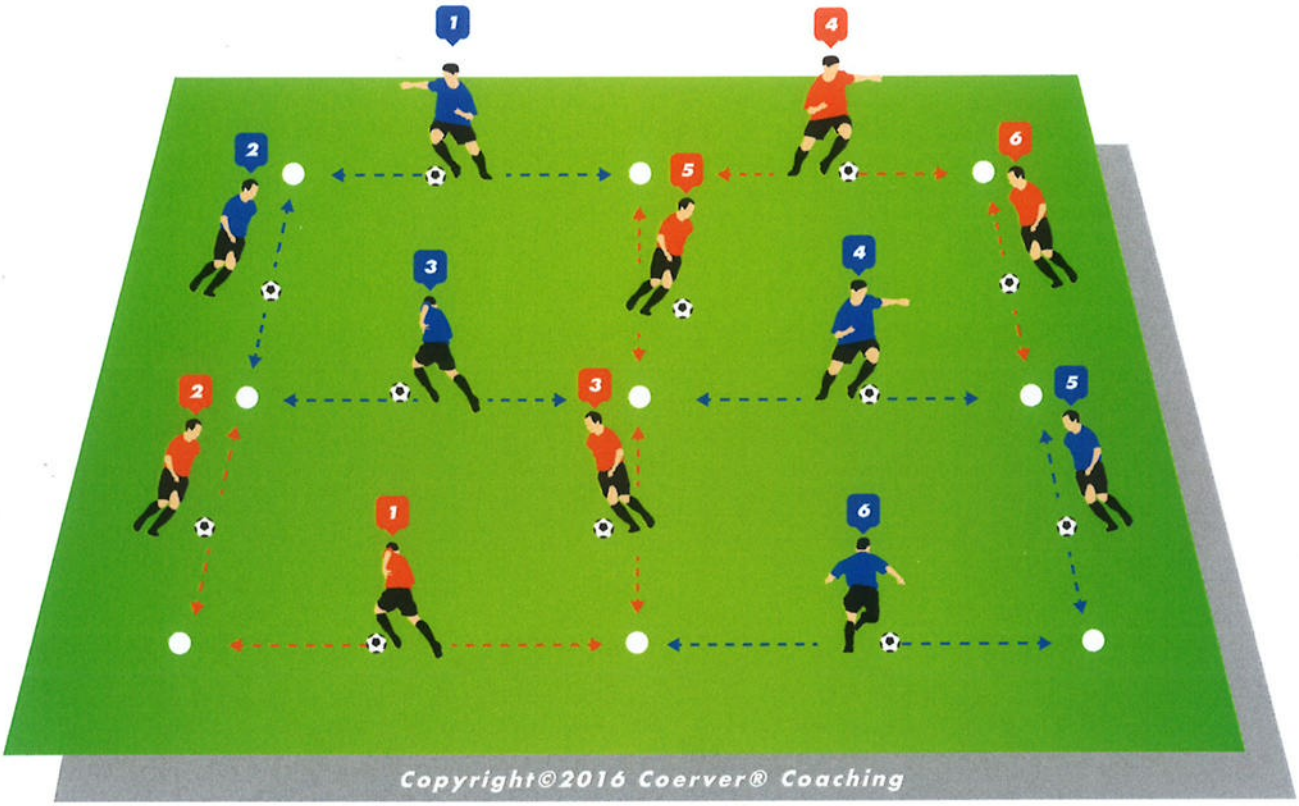
The ***box/trap*** moves with the ball.

* The Coerver® 'Box / Trap' ©2014 is the main focus of the Youth Diploma 2 course.

CHANGE OF DIRECTION
Verandering van richting.

coerver intro

practical 1 - drill 1 (skill training)



DOEL
Verbeteren van de Ball mastery tijdens de warming up

ORGANISATIE
9 pionnnen, 5 meter uit elkaar zodat het een veld van 10 bij 10 vormt
12 spelers verdeeld over 2 groepen (blauw en oranje) allemaal een bal tussen 2 pionnen zoals afgebeeld.

SPEL
Spelers voeren een Ball Mastery oefening uit tussen de 2 pionnen
Dit kan een mix zijn van Ball Mastery op de plek of in beweging gekozen door de coach gebaseerd op de Topic.

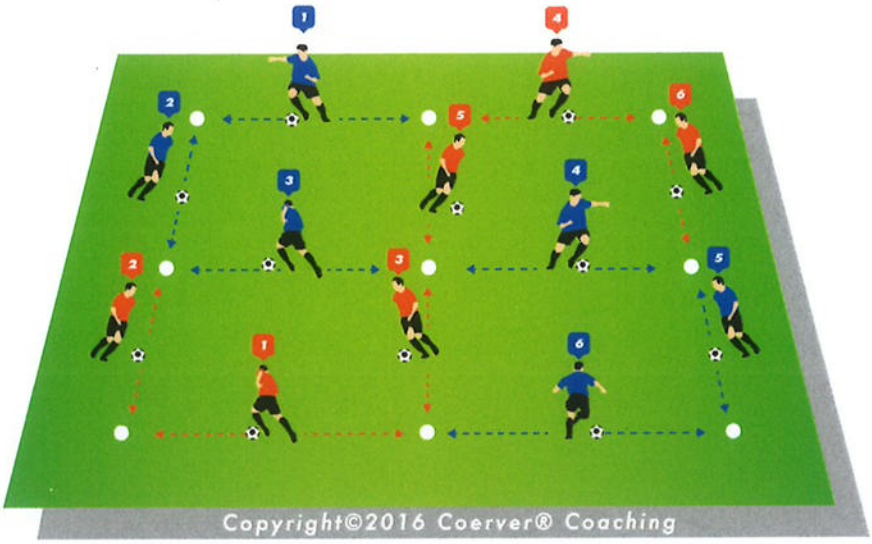
VARIATIE
1 speler van elke groep staat in het midden van het vak met het gezicht naar de overige 2 spelers.
De speler in het midden voert verschillende Ball Mastery oefeningen uit en de 2 spelers moeten deze nadoen. Na 30 seconden wisselen van speler.
Dit stimuleert zowel de bal beheersing van de speler als de ontwikkeling van het visueel inzicht bij balbezit.

MOEILIJKER MAKEN
Spelers voeren de oefeningen sneller uit
De coach vraagt om complexere Ball Mastery oefeningen (individueel/groep)
Coach heeft 2 kleuren pionnen, als hij 1 omhoog houdt moeten de spelers de kleur noemen (Visueel inzicht "over de bal kijken)

MAKKELIJKER MAKEN
Spelers voeren de oefening langzamer uit
Coach vraagt om minder complexe Ball Mastery oefeningen (individueel/groep)

WEDSTRIJD ELEMENT
Het eerste team (rood vs blauw) waarvan alle spelers 10 keer een Ball Mastery oefening hebben uitgevoerd heeft gewonnen
Alle spelers voeren dezelfde beweging uit en houden de bal omhoog zodra ze klaar zijn met het uitvoeren.
Het team met de meeste punten binnen een bepaald tijdsbestek of een aantal setjes heeft gewonnen

practical 1 - drill 1 (skill training)



COACH TiPS

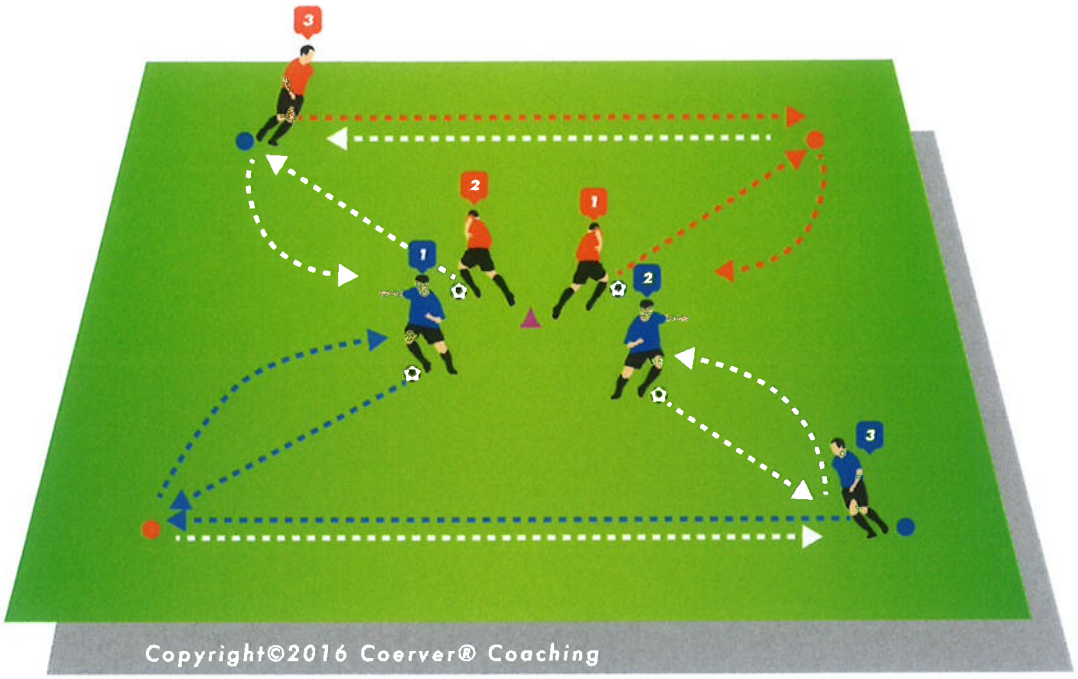
De coach staat dusdanig opgesteld dat hij individuele coaching kan geven maar ook te allen tijde alle spelers kan observeren.
Spelers kunnen individueel om bepaalde oefeningen gevraagd worden (makkelijker of moeilijker maken)
Zorg ervoor dat de spelers beide benen gebruiken, coach de controle over de techniek

SPELER TIPS

Start langzaam om de beweging onder controle te krijgen en bouw van daaruit de snelheid op.
Kijk op om alles om je heen te kunnen zien.

notes

practical 1 - drill 2 (skill stretching)



DOEL
Het verbeteren van de 1 v 1 Change of Direction onder passieve druk

ORGANISATIE
Veld van 10 bij 10 of 12 bij 12. Gebruik 2 kleuren pionnen per kant
Plaats een grote pion of mannequin in het midden van het veld.
6 spelers per veld, 2 teams (blauw en oranje), 2 spelers per team beginnen in het midden beide een bal.
1 speler per team start bij de blauw pion zonder bal, gezicht naar de rode pion.
Bij een grotere groep spelers, dubbel uitzetten.

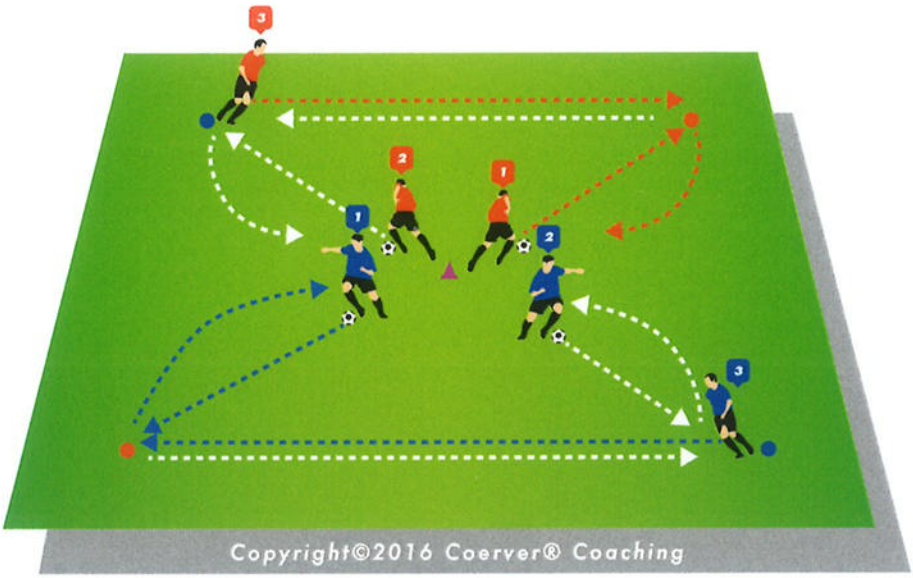
SPEL
De spelers met bal met het gezicht naar de rode pion beginnen ter dribbelen richting de pion. Op hetzelfde moment start de verdediger richting dezelfde rode pion om passieve druk uit te oefenen.
De spelers met de bal voeren een Change of Direction uit bij de pion en schermen de bal goed af van de passieve verdediger.
De verdediger mag zijn bovenlichaam gebruiken om druk uit te oefenen maar mag de bal niet af pakken. Zodra de speler met de bal is omgedraaid is dat het teken voor de andere speler met bal om hetzelfde uit te voeren richting de blauwe pion.
De verdediger draait zich om en oefent dezelfde druk uit.
De spelers met bal moeten de bal ten alle tijden beschermen (dribbel en draai), spelers wisselen elkaar na 30-60 seconden af en roteren met de klok mee.
Het afwisselen gebeurt tot alle spelers alle posities hebben gehad.

VARIATIE
Introduceer Receiving en Passing
Spelers bij de blauwe en rode pionnen. De eerste speler dribbelt richting de pion/mannequin in het midden, voert een Change of Direction uit en speelt de bal in naar de eerstvolgende speler bij de pion.
Herhaal met verschillende Change of Directions
MOEILIJKER MAKEN
Maximumaantal keren dat een speler op en neer moet gaan.
Dit zal de snelheid verhogen.

MAKKELIJKER MAKEN
De passieve verdediger krijgt ook een bal en gaat aan de slag met zijn Change Of Directions

WEDSTRIJD ELEMENT
Spelers werken als team, het team met de meeste C.O.D's heeft gewonnen.
De verdediger krijgt een punt als zij een speler kunnen aantikken voordat hij weggedraaid is
De verdediger mag niet starten voordat de aanvaller begint met dribbelen, de volgende aanvaller mag niet beginnen voordat zijn teamgenoot zijn COD heeft uitgevoerd

practical 1 - drill 2 (skill stretching)



COACH TIPS

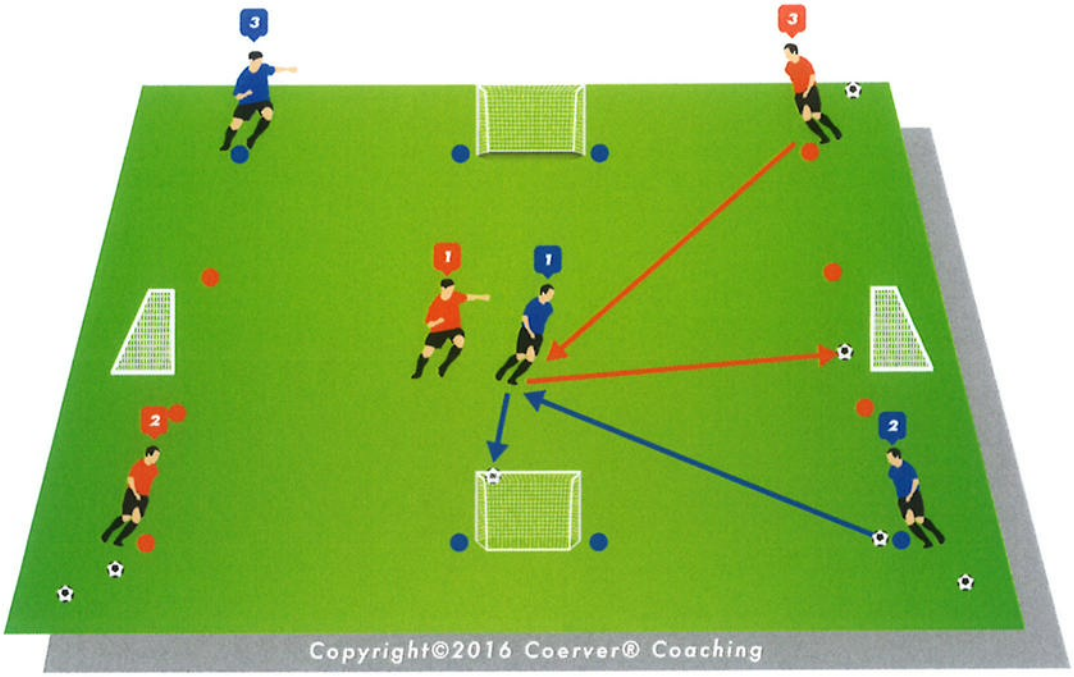
Coach op het correct uitvoeren van de bewegingen. Begin langzaam en bouw de snelheid op.
Als hulpmiddel bij de C.O.D's kan de coach aangeven bij rode pion met links en bij de blauwe pion met rechts.
Zoveel mogelijk met beide voeten aan de slag gaan.

SPELER TIPS

Aanvaller - Gebruik de voet die het verst van de verdediger is om de bal af te schermen, gebruik ook je bovenlichaam. Kijk op om alles om je heen te kunnen zien.
Verdediger - Snel druk zetten op de aanvaller, gebruik bovenlichaam

notes

practical 1 - drill 3 (skill game)



DOEL

Change Of Directions uitvoeren onder volledige druk

ORGANISATIE

Veld van 15 bij 15 met bijv. blauwe en oranje pionnen
4 kleine goals (Noord, Zuid, Oost, West)
Noord en Zuid tussen de blauwe pionnen, Oost en West tussen de oranje pionnen
6 spelers per veld verdeeld in 2 teams van 3, van beide teams 1 speler op het veld.
De overige spelers staan opgesteld op een buitenste pion (zie afbeelding) met 2 ballen

SPEL

Blauw start als het aanvallend en rood als het verdedigend team (1v1). De buitenste spelers spelen per keer 1 bal in het veld. De spelers moeten scoren in de kleur goal waar de bal vandaan komt. Blauwe pion – blauwe goal, rode pion – rode goal. Als de verdediger de bal afpakt gelden dezelfde voorwaarden. Zodra er is gescoord of als de bal uit is, speelt de speler van de zijkant een nieuwe bal in. De speler die scoort blijft bij de volgende bal de aanvaller. Gaat de bal uit, dan wordt de speler die de bal uitgespeeld heeft de verdediger.
Als alle ballen ingespeeld zijn (op de afbeelding 8) wisselen met 2 buitenste spelers en herhaalt het spel zich.

VARIATIE

2 v 2 – de pass komt van 2 buitenste spelers. (1 bij de rode pion/ 1 bij de blauwe)
3 v 3 – 1 speler van het team in balbezit speelt de bal in en sluit na de pass weer bij het team aan.

MOEILIJKER MAKEN

Meer ballen – verhoogd de fysieke inspanning
Veld kleiner maken – minder ruimte
Poortjes voor de goals. De aanvallers moeten eerst door de poortjes heen dribbelen voordat ze mogen scoren.

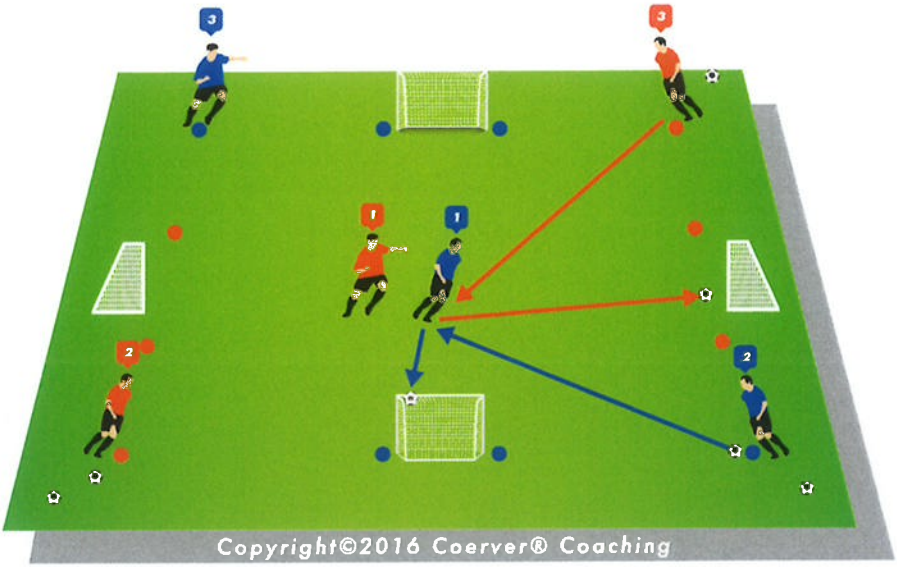
MAKKELIJKER MAKEN

Minder ballen per wedstrijd, verlaagd de fysieke inspanning
Groter veld – meer ruimte
Aanvallende en verdedigende rollen blijven hetzelfde voor alle ballen, dit maakt de oefening wat simpeler

WEDSTRIJD ELEMENT

1 punt per goal, de speler/team met de meeste punten als alle ballen uit zijn heeft gewonnen

practical 1 - drill 3 (skill game)



COACH TIPS

Heeft de aanvaller moeite met het behalen van succes, laat de verdediger dan passief druk zetten.
De aanvaller heeft een aantal seconden (max 10 sec) om te scoren per bal. Bouw de druk op met de verdediger, deze mag pas druk zetten bij de eerste aanname van de aanvaller.

SPELER TIPS

Beweging om ruimte te creëren – probeer van de verdediger af te komen door zoveel mogelijk C.O. D's te maken.
Lichaam positie om te ontvangen – probeer je lichaam in positie brengen om zo snel mogelijk te scoren. (Optie snelheid – open staan)
Probeer met je eerste aanname en snelheid voorbij de verdediger te komen om de ruimte in te duiken.
Zet de verdediger druk, probeer je 1 v 1 C.O.D's te gebruiken om de bal af te schermen en ruimte te creëren.

notes

coerver® intro

1v1 - practical session 2

Stopt en begint.

coerver® intro

practical 2 - drill 1 (skill training)

DOEL
Het verbeteren van de Ball Mastery en Stops & Starts tijdens de warming up

ORGANISATIE
Zoals afgebeeld:
3 rijen blauw, wit en oranje pionnen zodat er een 2 rijen van 12 bij 6 ontstaan
4 meter van de blauwe lijn een gele pion waar de spelers in een rij achter elkaar staan.
3 spelers per rij verdeeld over 2 teams (Blauw en Oranje) alle spelers een bal.
Bij grotere groepen extra rijen, of voeg meer spelers toe aan de bestaande groepen (niet meer dan 4 per groep)

SPEL
Op het teken van de coach dribbelen de spelers naar de rode pionnen aan de overkant.
De spelers in de rij voeren allemaal een Ball Mastery oefening uit op de plek.
Bij de rode pion draait speler 1 om met een Stop turn, en dribbelt terug naar de blauwe lijn. Speler 2 start en doet hetzelfde. Speler 1 sluit achter aan en voert samen met speler 3 de Ball Mastery uit. Speler 3 voert daarna hetzelfde uit.
Coach op het technische aspect.
Fase 1 – dribbel met rechts, stop turn met recht, neem mee met links
Fase 2 – Het tegenover gestelde, dribbel met links, stop turn met links, neem mee met rechts.
Fase 3 – spelers mogen zelf kiezen.

VARIATIE
Alleen speler 1 met de bal, het moment dat hij voorbij de witte lijn is speelt hij de bal naar speler 2, aanname naar voren en herhaalt.
Speler voert een HIGH WAVE uit bij de witte lijn, stop turn bij rode lijn en passt als hij voorbij de witte lijn is.

MOEILIJKER MAKEN
Verplaats de witte pion dichter richting de rode pion, op deze manier moeten de spelers de bewegingen korter op elkaar uitvoeren. De pass zal nu ook van een grotere afstand gegeven moeten worden. De speler die de bal moet ontvangen bij de blauwe pion maakt eerste en voorbeweging richting de gele pion en neemt daarna de bal naar voren aan.

MAKKELIJKER MAKEN
Selecteer minder moeilijke Ball Mastery en 1 v 1 voor de spelers om uit te voeren

WEDSTRIJD ELEMENT
Wedstrijd tussen de 3 (of meer) rijen, het team waarvan alle spelers 2 keer op en neer zijn geweest heeft gewonnen.
De speler die 2 keer op en neer geweest is moet of zitten of knielen zodat de trainer kan zien welk team gewonnen heeft

practical 2 - drill 1 (skill training)

COACH TIPS

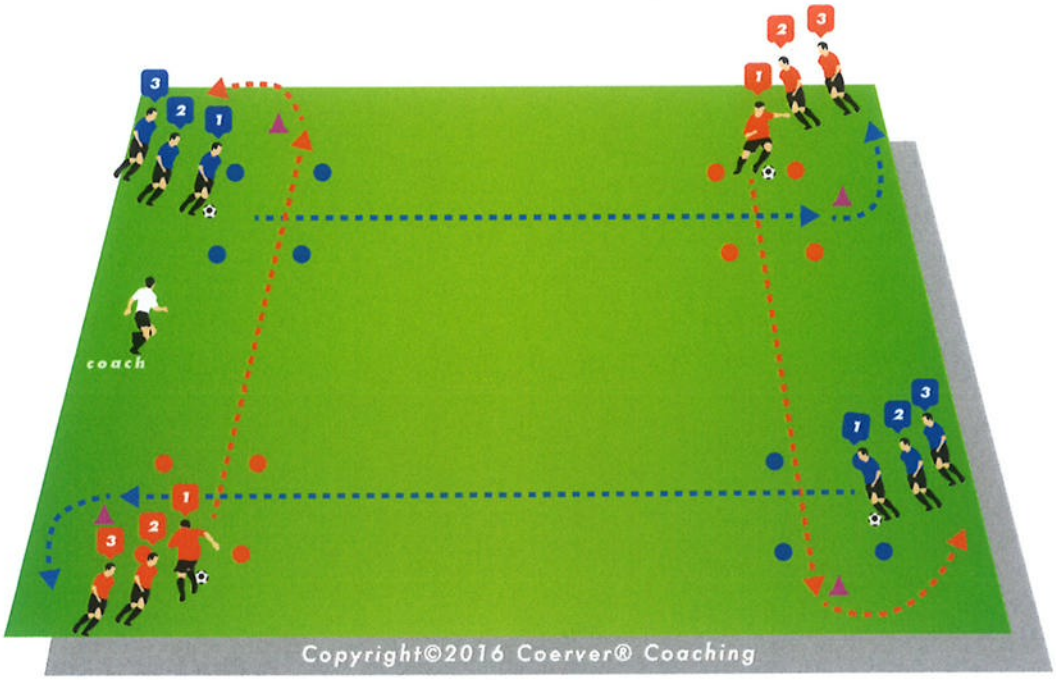
Positie van de coach tussen de 2 rijen, op 1 lijn met de spelers op de lijn zodat er individueel gecoacht kan worden.
Focus op het gebruik maken van beide benen (dribbelen, 1v1, pass en eerste aanname)
Als de spelers niet naar voren aannemen stel dan als voorwaarde dat de dribbel na de eerste aanname pas mag beginnen voorbij de blauwe lijn.

SPELER TIPS

Begin langzaam om de beweging onder de knie te krijgen en bouw de snelheid langzaam op.
Kijk om je heen om spel inzicht te creëren
Communiceer om de bal te ontvangen en passen (Lichaam/verbaal/oogcontact)

notes

practical 2 - drill 2 (skill stretching)



DOEL
Het verbeteren van rennen met de bal op snelheid

ORGANISATIE
Een vierkant van 20 x 20 meter
Op elke hoek een vierkant van 4 meter. 2 oranje en 2 blauw schuin tegenover elkaar
1 pion bij elke vierkant om de start positie aan te duiden
Een vlag of hoge pion 1 tot 2 meter aan de buitenkant van het vierkant
2 teams (blauw en oranje) met 3 spelers per start positie (teams staan diagonaal tegenover elkaar)
De eerste speler van elk team heft een bal, extra ballen kunnen eventueel klaargelegd worden.
Extra spelers kunnen toegevoegd worden (max 4 spelers per groep)

SPEL
De eerste speler van elk vierkant gaan (met de klok mee) naar het volgende vierkant.
Oranje naar blauw en blauw naar oranje.
In het vierkant leggen ze de bal stil, rennen om de buitenste pion heen en sluiten achter in de rij aan.
De volgende spelers herhalen totdat iedereen geweest is.
Herhaal met links tegen de klok in.

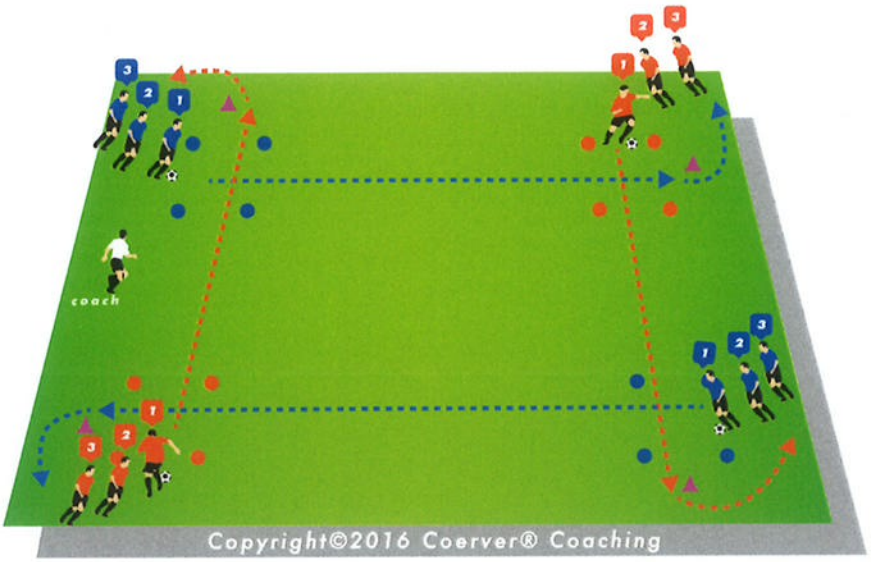
VARIATIE
Spelers voeren een stop en start move uit voordat ze in het volgende vierkant zijn
Nu sprint de speler (A) naar de eerstvolgende vierkant, op dit punt mag de speler (B) bij dat vierkant beginnen met sprinten naar het volgende vierkant.
Wanneer de speler de bal stillegt, rent hij om de buitenste pion, en proberen voor de speler met de bal bij het volgende vierkant te zijn.
Spelers eindigen altijd bij dezelfde kleur als die waar ze gestart zijn, aanvallen, verdedigen, en achter aansluiten

MOEILIJK MAKEN
Tijdslimiet of het aantal "touches" instellen binnen welke de spelers in het volgende vak moeten zijn.
Snelheid verhogen en afstand vergroten tussen de vierkanten zal de fysieke inspanning van de spelers verhogen

MAKKELIJKER MAKEN
Verklein de afstand tussen elk vak, dit zal de fysieke inspanning verminderen.

WEDSTRIJDELEMENT
Blauw tegen rood, het eerste team met alle spelers terug bij de start positie heeft gewonnen.
Bij het gebruik maken van Aanval/verdediging
1 punt voor de aanvaller die in een tegenovergestelde vierkant kan komen zonder geraakt te worden door de verdediger.
Is de verdediger eerder dan de aanvaller dan wint de verdediger.

practical 2 - drill 2 (skill stretching)



COACH TIPS

Gebruik tijdens de uitleg 2 ballen zodat de spelers het spel snappen.
Om het op te bouwen voeg dan max 4 ballen toe (1 per vierkant)

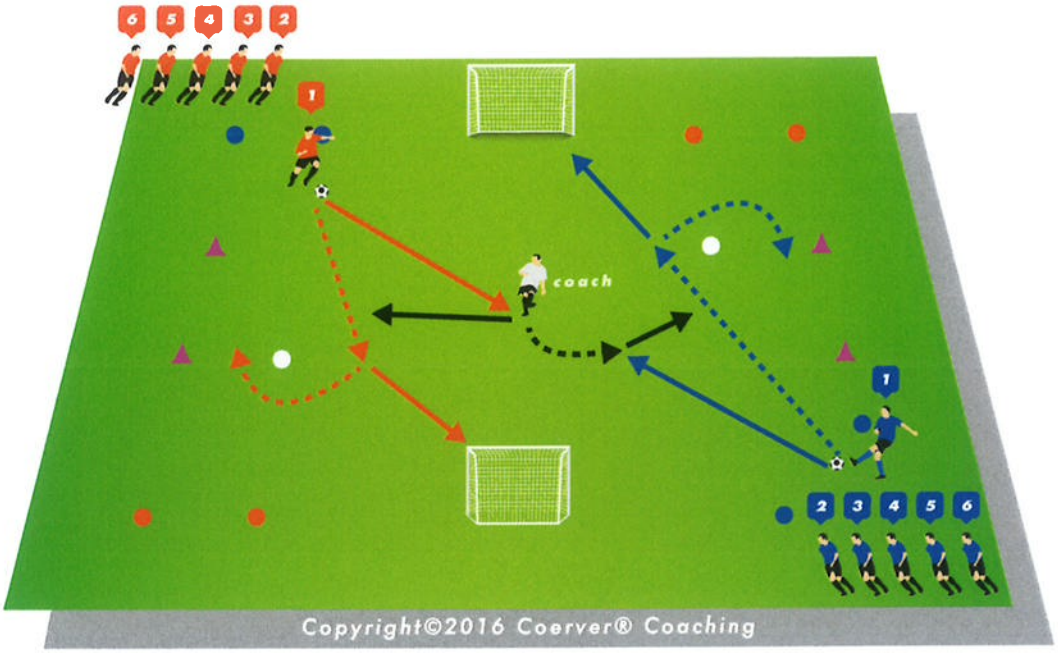
SPELER TIPS

Voor je begint met dribbelen, kijk dan eerst snel waar je naar toe wilt gaan, begin je dribbel met je wreef/veters voor snelheid. Probeer met zo min mogelijk dribbels in het volgende vierkant te komen, hoe meer dribbels, hoe langzamer, met minder ben je sneller in het vierkant (drijven)

notes

coerver intro

practical 2 - drill 3 (skill game)



DOEL
Verbeteren van het omschakelen onder passieve tot volledige druk

ORGANISATIE
Veld van 30 bij 30 met 2 maal 3 meter blauwe en oranje poortjes diagonaal tegenover elkaar
2 (grote) goals aan beide kanten van het veld
8 meter schietzone aan beide kanten van het veld, gemarkeerd met paarse pionnen
1 witte pion, 2 meter van de paarse pion aan beide kanten (zie afbeelding)
12 spelers verdeeld over 2 teams. (Blauw en rood) 6 spelers met bal bij blauw.
Coach staat in het midden. Leg extra ballen neer bij de startpositie

SPEL
Blauw speelt de bal in naar de coach en ontvangt een 1-2 pass terug. Het moment dat blauw in de zone komt mag er op goal geschoten worden. Zodra er is gescoord of de bal uit is, moet blauw om de witte pion heen om te gaan verdedigen op rood die start op het moment dat blauw geschoten heeft.
Blauw probeert te voorkomen dat rood kan scoren en rood probeert in de zone te komen om te scoren voordat blauw kan verdedigen.
(Bij grote goals kan de laatste speler in rij als keeper fungeren.)
Als de verdediger de bal wint, begint er een counter aanval vanaf de andere kant.
Verander van startpositie als alle spelers 3 keer geweest zijn.

VARIATIE
Voeg keepers toe aan het spel
De spelers die heeft aangevallen en verdedigd wordt nu de 1-2 passer i.p.v. de coach.
Speel 2v2, 3 spelers van elk team bij de blauwe/oranje pionnen.

MOEILIJK MAKEN
Verplaats de witte pion om de druk op de aanvallers op te voeren.
Verwijder de witte pion, de verdedigers moeten buiten om de coach rennen voordat ze mogen verdedigen.
Verdedigers mogen meteen druk zeggen zonder om de pion of de coach heen te hoeven rennen.

MAKKELIJK MAKEN
Speel met passieve druk, aanvaller moet bijv. binnen 10 seconden proberen te scoren.
Verplaats de witte pion verder, op deze manier wordt de druk op de aanvaller verminderd.
Geen 1-2 pass met de coach, de spelers mogen meteen dribbelen naar de zone en scoren

WEDSTRIJD ELEMENT
Teams tegen elkaar, 1 punt voor een goal, spel van 2 minuten, team met de meeste punten wint

coerver intro

practical 2 - drill 3 (skill game)

COACH TIPS

Om de omschakel snelheid te verhogen stel dan een tijdslimiet van 8-10 seconden in voor een aanvaller om te scoren>
Om de speler zijn eerste aanname en lichaamshouding te testen speel de 1-2 pass op verschillende manieren terug. In de voeten, in de ruimte, achter de speler
De beste positie om te observeren en persoonlijke feedback te geven is achter elke groep.
Zodra een speler is geweest kan je hem 1 op 1 coachen en nog steeds het spel dat nog bezig is observeren

SPELER TIPS

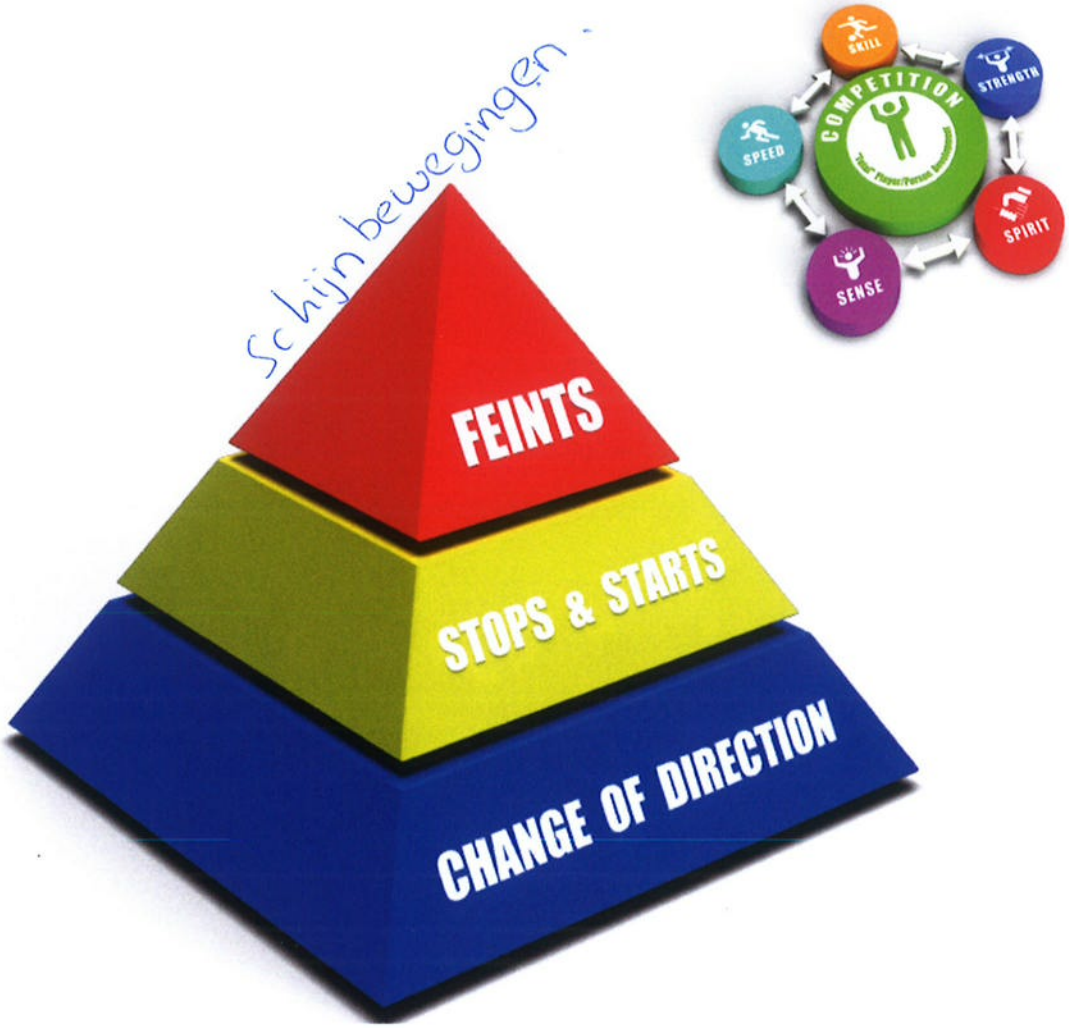
Probeer bij het dribbelen bij de verdediger weg te versnellen
Kijk over je schouder heen om te zien waar de verdediger is.
Probeer altijd de bal af te schermen,
SNELHEID IS DE EERSTE OPTIE
Gebruik bij druk van de verdediger de 1 v 1 moves om ruimte te creëren om te dribbelen of schieten (bijv. de Ronaldo, high wave)
Snelle omschakeling (aanval/verdediging)

notes

coerver® intro
adidas
coerver
36

coerver® intro

1v1 - practical session 3



coerver intro

practical 3 - drill 1 (warm up)

DOEL
De Ball Mastery verbeteren tijdens de warming up

ORGANISATIE
Veld van 20 bij 20
6 poortjes 3 blauw 3 oranje
2 teams van 6 spelers met bal (blauw/oranje). Bij een grotere groep 3 teams met een andere kleur en maak dan ook met die kleur 3 extra poortjes

SPEL
Alle spelers dribbel door het veld met hun rechterbeen
Spelers dribbelen (achtjes maken) door de poortjes van hun kleur (blauw door blauw – oranje door oranje)
Als de spelers door al hun poortjes heen zijn geweest voeren ze een ball mastery op de plaats uit totdat alle spelers klaar zijn
Hetzelfde herhalen maar nu met het linkerbeen. Bij de laatste fase mogen de spelers zelf kiezen welk been ze gebruiken.
De bal mag niet stilliggen dus blijven dribbelen en wachten tot er een poortje vrij is.

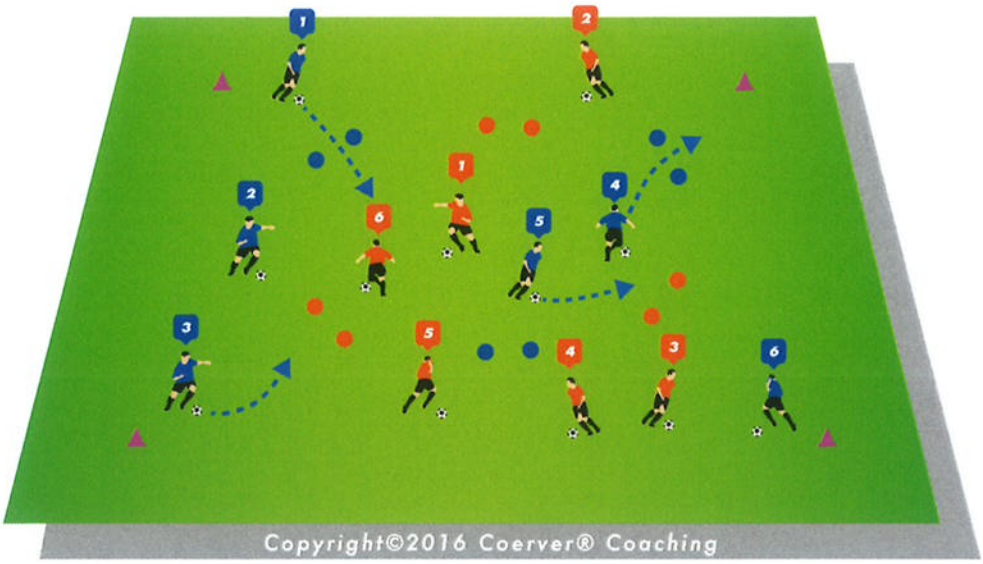
VARIATIE
Nadat de spelers door een poortje zijn gegaan voeren ze een Ball Mastery uit.
Tussen elke poort voeren de spelers een Ball Mastery uit. Bijv 10 toe taps en dan door naar het volgende poortje.
Spelers voeren een 1 v 1 uit als ze van poort naar poort dribbelen

MOEILIJK MAKEN
Spelers voeren de bewegingen sneller uit
Coach vraagt om complexere Ball Mastery oefeningen (individueel/groep)
Coach heeft 2 kleuren pionnen, als hij 1 omhoog houdt moeten de spelers de kleur noemen (Visueel inzicht "over de bal kijken)

MAKKELIJK MAKEN
Spelers voeren de bewegingen langzaam uit
Coach vraagt om minder moeilijke Ball Mastery Skills

WEDSTRIJD ELEMENT
Spelers tegen elkaar, het eerste team met alle spelers door alle poortjes wint

practical 3 - drill 1 (warm up)



COACH TIPS

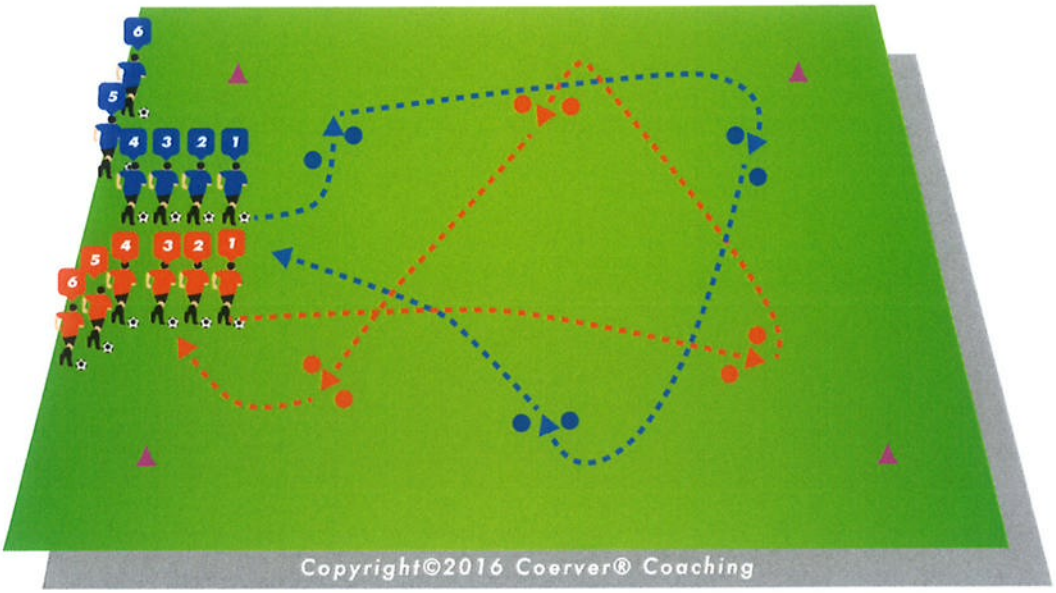
Positie van de coach is in de grid zodat hij met de spelers mee kan bewegen en individuele coaching kan geven aan de spelers. (Draai niet weg van de groep)
Als de bewegingen niet goed uitgevoerd worden laat de spelers deze dan langzaam uitvoeren. Geef een minimumaantal keren dat ze de bal mogen raken tussen de poortjes.
Meer of minder poortjes toevoegen zal aangeven hoe vaak de spelers om zich heen zullen moeten kijken en concentreren op wat er om hun heen gebeurt.

SPELER TIPS

Begin langzaam om het goed te kunnen beheersen en bouw de snelheid langzaam op.
Kijk over de bal zodat je alles om je heen kan zien.
Knieën licht gebogen zodat je goed van richting kan veranderen

notes

practical 3 - drill 2 (speed)



DOEL

Het verbeteren van de snelheid met en zonder bal

ORGANISATIE

Veld van 20 bij 20
3 oranje en 3 blauwe poortjes
2 teams van 6 spelers met bal, achter de start pionnen (blauw/oranje)
Maak 3 groepen (of meer) bij een grotere groep. Zorg wel voor een corresponderende kleur pionnen om de poortjes te maken

SPEL

Op het teken van de coach dribbelen de eerste spelers door alle 3 de poortjes die correspondeert met de kleur van het team.
De spelers sluiten daarna achter aan de groep, en de volgende spelers in de rij herhalen hetzelfde.
Werk in 3 fases. 1- alleen het rechterbeen. 2- alleen het linkerbeen. 3 keus aan de spelers.
De spelers die in de rij wachten voeren allemaal een Ball Mastery oefening uit

VARIATIE

1 - De spelers doen hetzelfde maar nu zonder bal
2- Alleen de eerste spelers hebben een bal, dribbelen door de poortjes, en bij de laatste poort passen ze de bal naar de eerstvolgende speler die de bal naar voren aanneemt en het herhaalt

MOEILIJK MAKEN

Zelfde maar nu mag de eerstvolgende speler niet door de het eerste poortje waar de speler voor hem doorheen is gegaan.
De volgende speler mag starten als de speler voor hem door het tweede poortje is gegaan, dit zal zorgen voor drukte op het veld tijdens het dribbelen

MAKKELIJK MAKEN

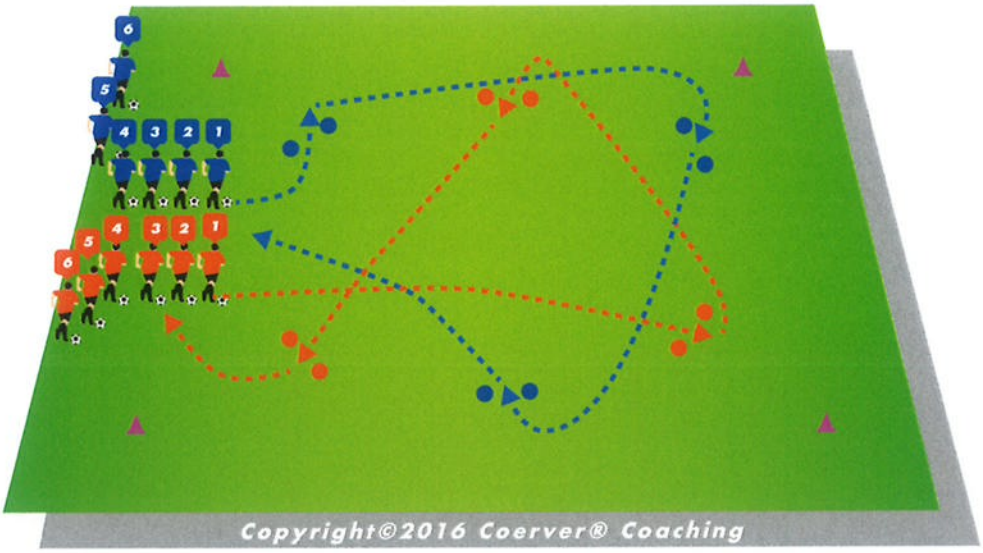
De spelers gaan door minder poortjes per beurt

WEDSTRIJD ELEMENT

1 v 1
De speler die door alle poortjes is geweest en als eerste weer bij het startpunt is heeft gewonnen.
Het team dat als eerste volledig door alle poortjes is geweest en weer bij het startpunt is heeft gewonnen

coerver intro

practical 3 - drill 2 (speed)



COACH TIPS

Positie coach – tussen de groepen zodat er individueel gecoacht kan worden
Probeer zoveel mogelijk spelers van hetzelfde niveau te laten strijden, op deze manier is de uitdaging is voor alle niveaus
Let op dat spelers beide benen gebruiken.
Hou de herhaal frequentie hoog door gebruik te maken van voorwaarden bij het starten van de volgende of bij het winnen van een speler/groep.

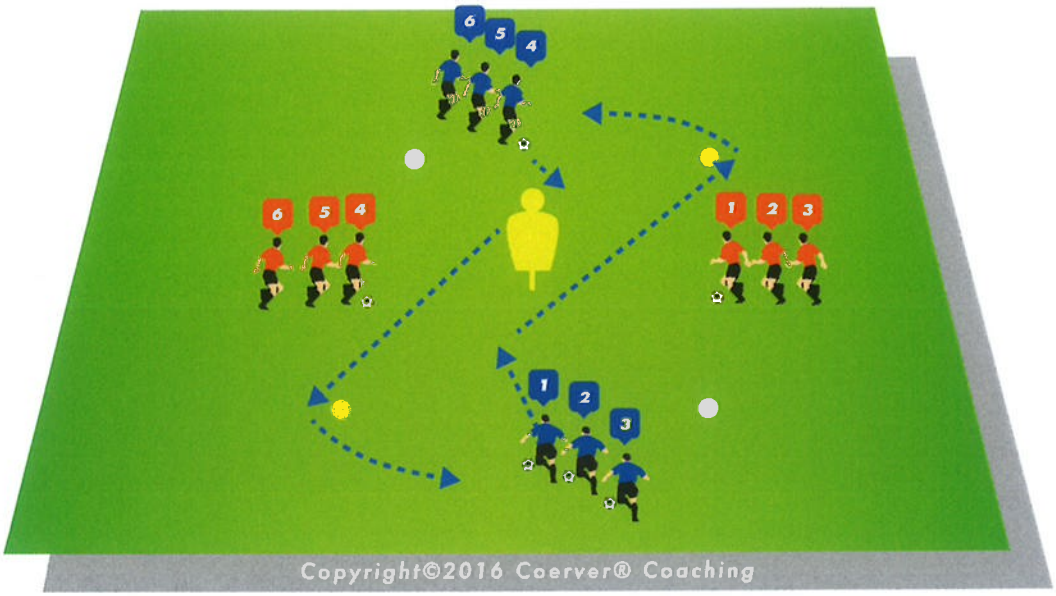
SPELER TIPS

Maak gebruik van de veterdribbel
Langzaam bij drukte, snel bij ruimte
Knieën licht gebogen om goed van richting te kunnen veranderen, kijk op om alles om je heen te kunnen zien

notes

coerver intro

practical 3 - drill 3 (1v1)



DOEL
1v1 Feints verbeteren vanuit Ballmastery naar passieve druk

ORGANISATIE
Een veld van 8 bij 8/10 bij 10, 2 witte en 2 gele pionnen (zie afbeelding)
Een mannequin of (grote) pion in het midden van het veld
2 Teams van 3 tot 4 spelers, blauw/oranje, alle spelers een bal
Spelers staan op (Noord, Zuid, Oost en West) met hun gezicht naar het midden.
De teams met dezelfde kleuren met hun gezicht naar elkaar toe.

SPEL
#1 - Op plek voeren de spelers een Side Step uit, en nemen de bal mee voorbij de gele of witte pion (zie afbeelding)
2 spelers tegelijk, de coach roept welk paar start door de kleur te roepen (blauw/oranje)
Als de spelers voorbij de pion zijn sluiten ze achter de groep aan
van de andere kleur.
Maak gebruik van het rechter en linkerbeen

VARIATIE
#2 – Hetzelfde als #1 maar nu dribbelen de spelers eerst richting de mannequin

#3 – 1 speler per groep een bal. Samenvoegen van eerste aanname, 1V1 en passen
Nadat de spelers de side step hebben uitgevoerd, voeren zij 2 turns uit bij de witte of gele pion. Daarna spelen ze de bal in naar de eerstvolgende speler aan de andere kant en volgen hun pass.

#4 Voeg een Passieve verdediger toe in het midden, deze zal de aanvaller schaduwen, de speler die de bal inspeelt wordt de volgende verdediger. De verdediger sluit achter aan bij de groep waar de bal naartoe gespeeld is en het spel herhaalt zich

MOEILIJK MAKEN
Voeg de double side step toe. Coach roept de kleuren (oranje/blauw) sneller om drukte op het veld te creëren.
Verhoog de snelheid door een minimumaantal dribbels aan te geven waarmee de spelers van de ene naar de andere kant van het veld moeten dribbelen.

MAKKELIJK MAKEN
Coach roept de kleuren (blauw/oranje) langzaam om meer ruimte creëren voor de spelers op het veld.

WEDSTRIJD ELEMENT
Teams tegen elkaar, eerste met alle spelers in en uit het veld heeft gewonnen.

coerver intro

practical 3 - drill 3 (1v1)

COACH TIPS

Aanleren van de beweging begint langzaam, en dan opbouwen om het snel uit te kunnen voeren.
Om de snelheid te verhogen na de beweging, daag de spelers uit om met 1 "touch" het veld uit te zijn.
Daag de spelers uit met verschillende bewegingen.

SPELER TIPS

Begin langzaam en voer dan de snelheid op.
Dribbel schuin richting de mannequin, weg van de ruimte waar je naartoe wilt om de verdediger daar weg te krijgen.
Bereken voor jezelf goed de afstand om de beweging uit te kunnen voeren. Niet te dichtbij de verdediger zodat deze de bal kan afpakken en niet te ver zodat deze de ruimte weer kan veroveren.

notes

coerver® intro

practical 3 - drill 4 (1v1) part 1

DOEL
Het verbeteren van snelheid met de bal en 1 v1 Feints onder druk

ORGANISATIE
Veld van 20/25 bij 20, 3 goals aan de overkant en 2 goals aan de andere kant.
5 meter schietzone aan beide kant en in het midden 2 pionnen om de helft aan te duiden.
3 pionnen om de start positie aan te geven en 3 teams verdeeld over de 3 pionnen.
Alle spelers een bal.
Bij een grote groep aan de andere kant ook 3 startpunten neerzetten.

SPEL
Paars 1 dribbelt richting de eindzone en mag in elk van de 3 goals scoren.
Zodra Paars 1 heeft gescoord is dat het teken voor Blauw 1 om aan te vallen en scoren, paars draait hij zich om en verdedigd op Blauw 1.
(Maakt blauw gebruik van zijn snelheid of 1v1?)

Als Paars de bal van Blauw afpakt mag hij in de 2 goals tegenover scoren.
Als de 1v1 tussen Paars en Blauw voorbij is wordt Blauw 1 de verdediger op Oranje 1
Paars 1 pakt de bal en sluit achterin de rij aan.

Zodra de 1 v1 tussen Oranje 1 en Blauw 1 voorbij is, word Oranje 1 verdediger op Paars 2.
Als alle spelers 3 keer geweest veranderd de groep van pion kleur zodat alle teams vanuit een anderen positie zijn gestart.

VARIATIE
Herhaal maar start nu vanaf Oranje en werk de andere kant op.
De speler die heeft aangevallen en verdedigd, gaat eerst een 1-2 aan met zijn teamgenoot die daarna moet aanvallen

MOEIIJK MAKEN
Stel een tijdslimiet in waarbinnen er gescoord moet worden om de snelheid te verhogen

MAKKELIJK MAKEN
Passieve druk van de verdediger, de bal mag niet afgepakt worden, maar de verdediger mag wel zijn lichaam gebruiken om het de aanvaller moeilijk te maken, de aanvaller moet binnen een tijdslimiet scoren.
Verdedigende druk opbouwen door de aanvaller die verdediger word eerst om het doel heen te laten rennen voordat hij mag verdedigen.

WEDSTRIJD ELEMENT
Spelers tellen hoe vaak ze gescoord hebben, het team met de meeste goals na 2 minuten heeft gewonnen

coerver® intro

practical 3 - drill 4 (1v1) part 2

COACH TIPS

De coach beweegt tussen de start punten om individueel te kunnen coachen.
Deel de groepen en volgorde dusdanig in dat de spelers zoveel mogelijk tegenstanders van hun eigen niveau hebben.

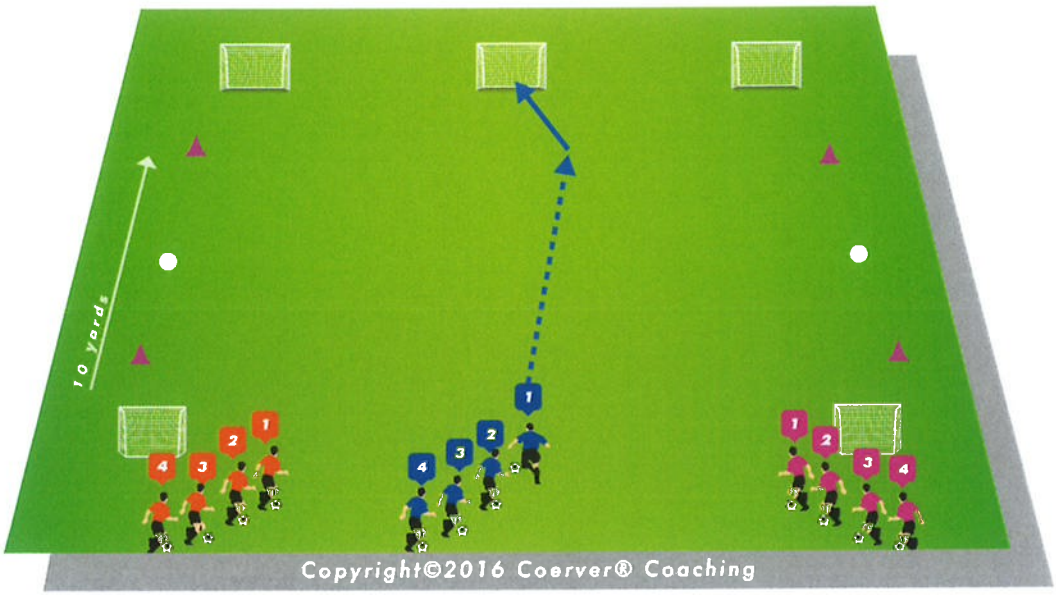
SPELER TIPS

Snelheid gaat voor, zoek dus ook de ruimte op.
Zet de verdediger je onder druk dan ga je gebruik maken van je 1v1
Denk aan de omschakeling van aanvaller naar verdediger

notes

coerver intro

practical 3 - drill 5 (sgp) part 1



DOEL
Het verbeteren van 2v1/1v2 Aanvallen en verdedigen onder druk

ORGANISATIE
Veld van 20/25 bij 20, 3 goals aan de overkant en 2 goals aan de andere kant.
5 meter schietzonde aan beide kant en in het midden 2 pionnen om de helft aan te duiden.
3 pionnen om de start positie aan te geven en 3 teams verdeeld over de 3 pionnen.
Blauw en oranje met bal, paars zonder bal.
Bij een grote groep aan de andere kant ook 3 startpunten neerzetten

SPEL
Blauw 1 start met dribbelen en mag in elk van de 3 goals scoren en word daarna verdediger tegen oranje 1 en paars 1 in een 2 V 1 situatie.
Zij proberen in de schietzone te komen en te scoren.
Zodra er is gescoord of als de bal uit gaat verdedigen Oranje 1 en Paars 1 tegen Blauw 2
Dit creëert een 2 v 1 verdedigende situatie, en voor blauw een 1 v 2 aanvallende situatie.

Zodra de verdedigende partij de bal afpakt mag er in de goals tegenover gescoord worden.
De buitenspel regel kan gebruik worden bij de relevante leeftijdsgroep door gebruik te maken van de schietzone.

Als alle spelers 2 tot 3 keer zijn geweest, schuiven de teams 1 pion naar rechts totdat alle groepen vanaf alle pionnen zijn gestart.
Team Blauw verdedigt en valt altijd in hun eentje aan, en Oranje en Paars verdedigen en vallen samen aan.

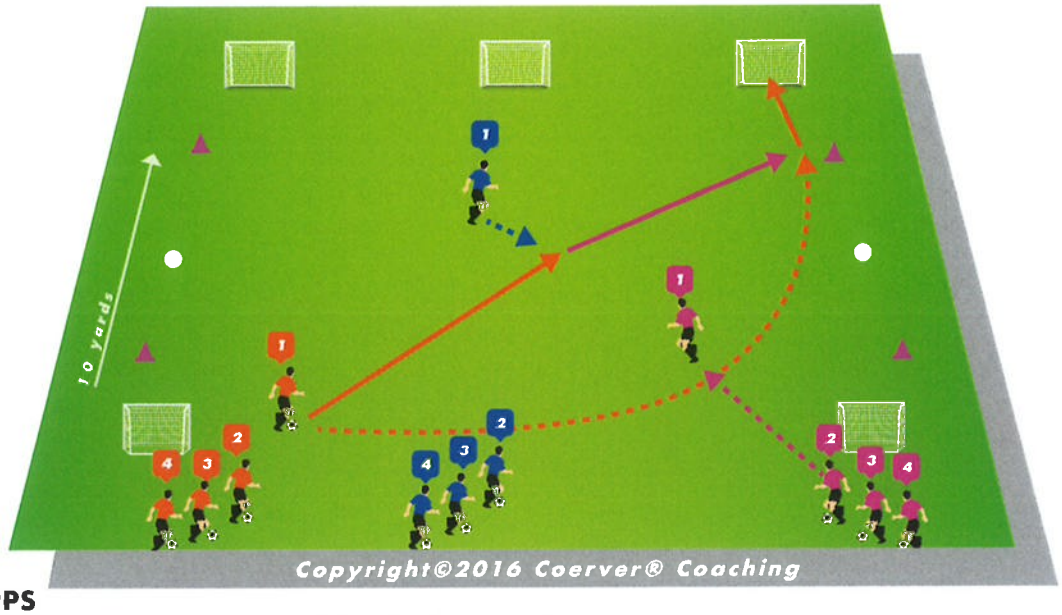
VARIATIE
Paars met bal en oranje zonder zodat de hoek van aanvallen vanaf de andere kant is.
De speler die heeft aangevallen en verdedigd, gaat eerst een 1-2 aan met zijn teamgenoot die daarna moet aanvallen

MAKKELIJKER MAKEN
Stel een tijdslimiet in waarbinnen er gescoord moet worden om de snelheid te verhogen.
Kunnen de aanvallers in de 2 v 1 niet binnen dit tijdslimiet scoren dan heeft de verdediger gewonnen.

MOEILIJKER MAKEN
Maak het 1 v 2 aanvallen makkelijker door de speler van het voorgaand aanvallend team die gescoord heeft eerst om het doel heen rennen of het doel aantikken voordat er verdedigd mag worden hierdoor ontstaat er eerst een 1 v1 situatie voor de aanvaller.

WEDSTRIJD ELEMENT
Spelers tellen hoe vaak ze gescoord hebben, het team met de meeste goals na 2 minuten heeft gewonnen
Elke speler die in een 1 v 2 situatie (aanvallend of verdedigend) kan scoren of bal afpakken van de tegenstander heeft 2 punten.

practical 3 - drill 5 (sgp) part 2



COACH TIPS

De coach beweegt tussen de start punten om individueel te kunnen coachen.
Deel de groepen en volgorde dusdanig in dat de spelers zoveel mogelijk tegenstanders van hun eigen niveau hebben.

SPELER TIPS

Bij het aanvallen in een 2 v 1 situatie maak het veld groot, snelheid is de eerste optie.
Probeer slimme combinaties aan te gaan om ruimte te creëren.
1 - 2 pass, achterlangs rennen, 1 v 1 Feints gebruiken als een "fake pass" zijn allemaal geode opties.

notes

coerver intro

practical 3 - drill 6 (ssg) part 1

DOEL
Het verbeteren fast break attack in een small sided game

ORGANISATIE
Veld van 30 bij 20 verdeeld in 3 zones, 1 zone van 5 bij 20 in het midden, 2 zones van 12 bij 20 aan beide kanten
1 grote goal aan beide kanten van het veld en 2 kleine goals links en rechts van de grote goals
12 spelers verdeeld in 4 teams van 3. Bij grotere groepen max 4 spelers per team.
1 team per zone op het veld, het extra team van 3-4 spelers staat bij de coach aan de zijkant van het veld.
De coach staat in het midden met de ballen die hij het veld in zal spelen.

SPEL
De coach speelt de bal in naar het blauwe team, deze spelen de bal in naar het paarse team (dit simuleert een verkeerd ingespeelde pass en een balverovering waardoor er een fast break attack ontstaat.
Paars valt aan op het blauwe doel, kunnen zij scoren dan blijven zij als aanvallend team en de coach zal dan opnieuw een bal inspelen en paars valt dan aan op het oranje doel.
Het aanvallende team blijft in die rol totdat zij de bal kwijtraken of niet kunnen scoren.
Wint het verdedigende team de bal ga dan voor een counter aanval.
In de middelste zone mag er niet verdedigd worden, dit geldt dus als een veilige zone voor de aanvallers.
Er mag door de aanvallers alleen gescoord in de zone waar de verdedigers staan.
Speel 2 minuten en wissel van zones, het eventuele extra team komt het veld op en neemt de plek van een van de teams over.

VARIATIE
De spelers van het extra team aan de zijkant fungeert als medespelers van het aanvallend team en mogen een 1-2 aangaan vanaf de zijkant en mogen niet het veld in komen.
Zodra er gescoord is, komt het team waar er bij gescoord is van het veld af en het extra team neemt de plek over.

MOEILIJKER MAKEN
Verdedigers mogen de veilige zone in om de bal af te pakken (1, 2 of alle spelers)
Stel een tijdslimiet in waarbinnen de aanvallers moeten scoren zodra ze uit de middelste zone zijn. Dit zal de snelheid van het aanvallend spel verhogen. De scorende speler moet eerst het doel aanraken waar er gescoord is.

MAKKELIJKER MAKEN
De aanvallende ploeg mag langer in de middelste zone blijven.
Als er is gescoord moet een verdediger van het andere team eerst om de pion in het midden aan de zijkant rennen voordat er verdedigt mag worden. De verdediger mag pas in de middelste zone komen als er gescoord is

WEDSTRIJD ELEMENT
Teams tegen elkaar, 1 punt voor een goal, speel 2 minuten, het team met de meeste goals heeft gewonnen.

practical 3 - drill 6 (ssg) part 2

COACH TIPS

Creëer situaties met de pass vanaf de zijkant door bijvoorbeeld naar bepaalde spelers te passen of naar verschillende plekken in de zone.
Maak een langere eindzonde aan beide kanten om de aanvallers te stimuleren langs de verdediger te komen en scoren.

SPELER TIPS

Werk voor elkaar, met en zonder bal, communiceer met elkaar.
Verdedig in kleine groepen, maak het veld klein en zet druk met hoge intensiteit.
Maak het veld groot als je bal hebt, val aan met snelheid en schiet zodra het kan.
Domineer in de omschakeling/Coerver Snelheid (aanvallen – verdedigen/ verdedigen - aanvallen

notes

youth diploma 1

Almere City FC

Datum : Zaterdag 23 & Zondag 24 mei 2020

Tijd:10:00 - 16:00 uur (Beide dagen)

Locatie:

Almere City FC

Competitieweg 20,

1318 EA Almere

Voor meer info: *www.coervercoaching.nl*

PLAY LIKE THE STARS

roadshow

De nieuwe Coerver® Play Like The Stars Road Show geeft clubs en scholen in heel Nederland de kans om kennis te maken met 's werelds nummer 1 Soccer Skills trainingsmethode in hun eigen buurt. Professionele Coerver coaches komen op bezoek bij uw club of school, komen een volledige dag coachen en geven een clinic voor ouders, docenten en coaches.

Curves® Play Like The Stars Road Show gebruikt de technieken van 's werelds beste individuele spelers

en teams als basis voor trainingssessies. Iedere sessie bestaat uit een theoriepresentatie en een praktijksessie waarbij gebruik wordt gemaakt van de nieuwste Coerver Coaching methode en de modernste trainingsmaterialen.

COERVER® PLAY LIKE THE STARS
ROAD SHOW DAGSCHEMA :

- 10:00 - 13:00 / Technische sessie voor spelers (U8-U11)
- 14:00 - 17:00 / Technische sessie voor spelers (U12-U16)
- 18:00 - 20:30 / Clinic voor coaches en ouders

De Coerver® Play Like The Stars Road Show kan tijdens het weekend en in de schoolvakanties worden verzorgd. Het dagschema kan, indien nodig, worden aangepast aan de specifieke wensen van een club

COERVER® PLAY LIKE THE STARS
ROAD SHOW PAKKET:

- Spelerspakket #1:
  64 spelers - 2 groepen van 16 (sessie 1)/ 2 groepen van 16 (sessie 2)
- Spelerspakket #2:
  96 spelers - 3 groepen van 16 (sessie 1)/ 3 groepen van 16 sessie 2

De kosten per speler bedragen € 25.- hiervoor krijgt u o.a.:

Professionele Coerver® Staff op bezoek bij uw club of school; 3 uur professionele technische coaching voor iedere speler; Coerver®/adidas® certificaten en diverse prijzen.

Voor meer informatie mail info@coervercoaching.nl

BRING THE WORLD'S NUMBER 1 SOCCER SKILLS TEACHING METHOD TO YOU WITH THE COERVER® PLAY LIKE THE STARS ROADSHOW

GEEF JE CLUB DE "SKILLFULL EDGE" MET HET COERVER® PARTNER CLUB PROGRAMMA

"The Coerver® Coaching program, in my opinion, is the leading youth skills development program in the world.
Alfred Galustian and Charlie Cooke are real leaders in technical training and their concentration on the creative side of the game is so beneficial.
I strongly recommend Coerver® Coaching's Partner Club Programme to any progressive football club".

GERARD HOULLIER
FORMER TECHNICAL DIRECTOR, FRENCH FOOTBALL FEDERATION

coerver® intro

connect with coerver®

THE WORLDS NO.1 SOCCER SKILLS TEACHING METHOD

facebook

facebook.com/CoerverCoachingNetherlands

instagram

@coervercoachingnl

youtube

CoerverCoachingNL

coerver® intro

fourfourtwo performance

FourFourTwo

GET MORE FOURFOURTWO | Connect | LOG IN | REGISTER

PERFORMANCE

TRAINING TIPS FOR: GOALKEEPERS | DEFENDERS | MIDFIELDERS | STRIKERS

HOME | SKILLS | TRAINING | NUTRITION | TACTICS | GEAR | GUIDES

SKILLS | MIDFIELDERS | STEVEN GERRARD | LIVERPOOL | LA GALAXY | CONTROL | PASSING SPEED

Play the killer pass like Steven Gerrard

Keep possession and then unleash the visionary through ball with this guide from Coerver Coaching

Alfred Galustian
@CoerverUK

WHAT DO YOU WANT TO DO?

- BOOST STAMINA
- GET FASTER
- MASTER THE PASS
- SCORE MORE GOALS
- GET STRONGER
- EAT LIKE A PRO

Visit FourFourTwo Performance for the best coaching tips and advice.

Access 50+ FREE Coerver® Drills & Games!

www.fourfourtwo.com/performance

coerver® intro

thank you

Alfred Galustian

Charlie Cooke

Co-Founders
Coerver® Coaching

"Thank you for your interest in Coerver® Coaching."

"We wish you all the best with your important work teaching skillful soccer and nurturing the talents and lives of young players."

35 EST. 1984

coerver® COACHING

THE WORLD'S NO.1 SOCCER SKILLS TEACHING METHOD

coerver® intro

Copyright ©2016. Coerver Coaching England & Wales. All rights reserved.

All rights reserved.
No part of this booklet may be reproduced in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying without permission in writing from the author except for brief extracts for purposes of review only.

The word COERVER® and the COERVER® COACHING LOGO are registered trademarks of Sportsmethod Ltd. and Sportsmethod Asia Ltd.