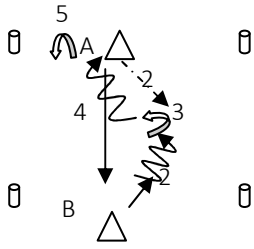


Deel	Tijd	Oefenstof	Methodiek	Aanwijzingen
		 1. A speelt B in 2. B neemt mee schuin vooruit en dribbelt licht schuin vooruit, A loopt door en zet druk op B 3. B speelt A uit dmv schijnbeweging 4. B dribbelt door 5. B kapt af en speelt A in etc.	- Hoge snelheid felheid - Passieve weerstand - Semi-passieve weerstand - Afstand kleiner - Spelvorm : aantal passes t.o.v. andere 2tallen Schijnbeweging - Uitvalpas - Schaar - De boer - Sleep Dubbele schijnbeweging - Dubbele uitvalpas - Dubbele schaar - De boer + schaar - Voetzool mee + schaar - Halve overstap + schaar (Meenemen opzij-vooruit) (Kappen heel) (Passen)	Dribbel: - Vaak raken - Meest buitenkant voet - Hoog op de voeten - Rechtop lopen - Kijken om je heen (zoeken) - Bal “voor” je niet onder je - Bij tegenstander naast je ; andere voet dribbelen en arm gebruiken