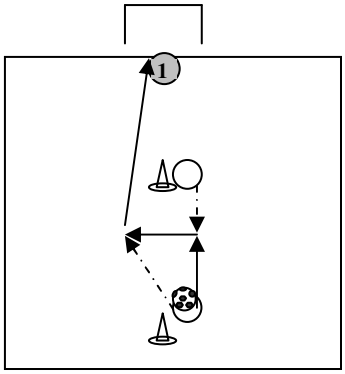
G01 Vorm: Afrond Aantal: 8 Onderwerp: Bal vanuit dekking

Deel/Tijd	Oefenstof	Methodiek	Aanwijzingen
	 Naar 2 vs 1 1. B biedt zich aan en wordt ingespeeld door A 2. B kaatst op de aanbiedende A 3. A rond af Alle spelers schuiven 1 station door En B gaat de bal halen Tegelijk 1. E biedt aan, D pass aan 2. E neemt mee en 3. pass door op F	Spelerweerstand: - Eventueel verdediger tussen speler en kaatser Ruimte: - Groter/kleiner - Smaller/breder Balcontacten: - Max 3x raken - Verplicht 2x raken - Max 1x raken Manier van scoren: - Na aanname schot op goal - Schot op goal direct na kaats - 1 op 1 op keeper Divers: - Hoge snelheid - Felheid	Passing: - Plaats standbeen - Gespannen voet/wreef - Armzwaai - Stand bovenlichaam Passing: - Waar inspelen voor de man (afhankelijk Van tegenstander) rekening met vervolg in de loop - Snelheid van de pass altijd aan de harde kant voor kaats minder hard spelen, voor aanname harder Afhankelijk van afstand medespeler Afhankelijk snelheid medespeler Afhankelijk van 1x 2x raken medespeler - Coachen “rug” / “tijd” Kaats - Snelheid en richting : kort onderweg zodanig dat direct doorgespeeld kan worden Aanbieden • Manier • Moment • Plaats Aanbieden - Eerst groot maken - Voorbeweging - Fel/snel uit de dekking komen - Indien mogelijk korte blik over schouder waar is tegenstander - Spits in de breedte of uit de lijn aanbieden, buitenspelen In principe aan de lijn of naar binnen - Ten opzichte van elkaar - Afwisselen met diep aanbieden - Indien mogelijk licht opengedraaid Keuzes voorhoede moment - Juiste moment samen bepalen - Coaching - Oogcontact