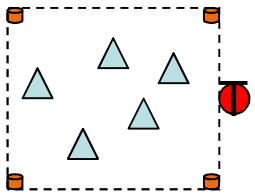
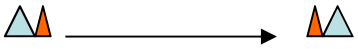
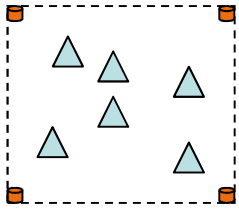
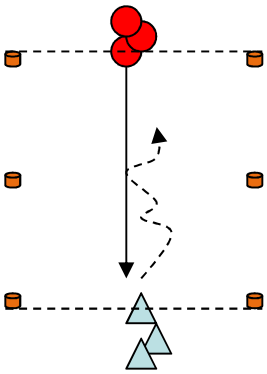
Naam:	Team: F pupillen	Datum: 6-04-2019	Dagdeel: Middag

Doelstelling:

Aantal spelers: 40
Totale trainingsduur: 60 min

Bewegingsvormen	Organisatie	Begeleiding/opmerkingen
Kappen en Draaien Dribbelen in het vierkant. Wanneer de trainer roept. Voet op de bal moet iedereen de voet op de bal doen. Wie dan als laatst dat doet is af. - Voet op de bal. -Buik op de bal. -Knie op de bal - etc		-Controle over de bal -Bal kort bij je houden. - snel reageren
Pilonnen spel Proberen de pylon om te schieten. Is dat gelukt heb je een punt en zet je de pylon weer omhoog.		Goed mikken met binnenkantvoet. Voet aanspannen Standbeen wijst de kant op waar je heen wil schieten.
Snelvoetenwerk In het vierkant dribbelen, tijdens dribbelen bal afkappen van de bal. Snelvoetenwerk: de bal met links en rechts op een hoog tempo aan raken. Afwisselen met een tikspel tussendoor.		Op de voor voeten Hoog tempo Controle houden over de bal
Duel 1:1 Elkaar opzoeken en een passeer beweging Maken en proberen over de lijn heen te dribbelen		Hoog tempo Op tijd de actie inzetten