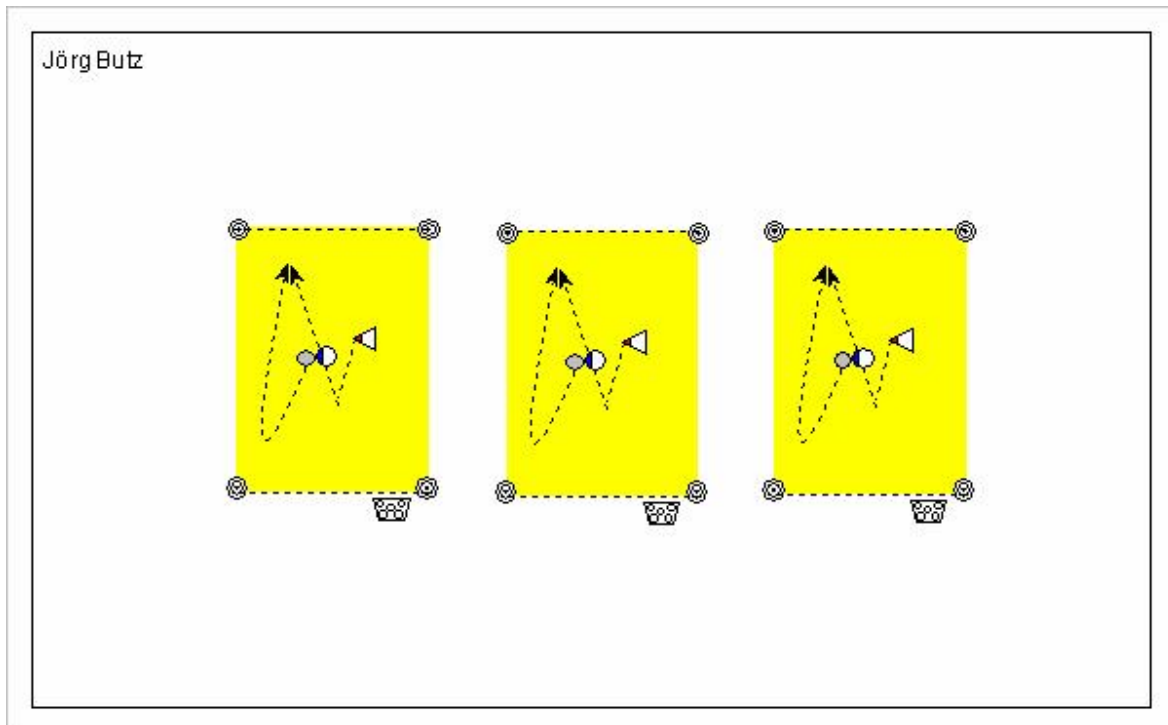


## Technische training Balcontrol en bal afschermen



### Opstelling van de oefening:

De spelers bevinden zich per tweetal (aanvaller en verdediger) tussen twee aangegeven lijnen  
Afstand tussen de lijnen = ongeveer 10 meter

### Het gebruiken van passeerbewegingen

Door te misleiden moet de aanvaller terwijl hij de bal afschermt zich los maken van zijn actieve tegenstander en met de hoogst mogelijke snelheid over 1 van beide zijlijnen dribbelen.

Na 1 minuut wordt gewisseld van opdracht.

“Wie van hen dribbelt het meest over de zijlijn?”