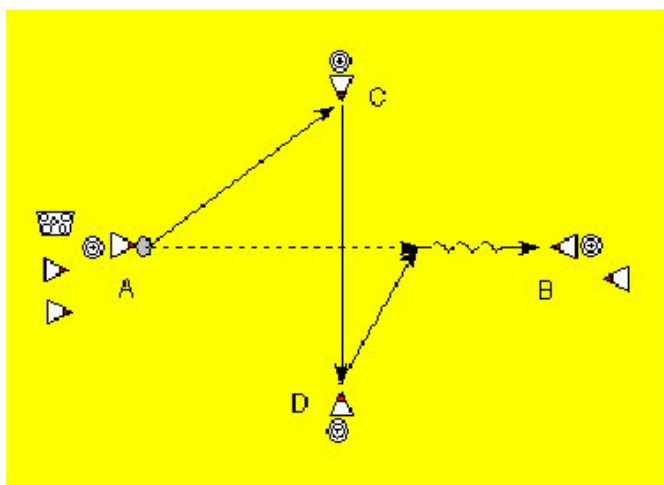


Doel van de training

Oefening met bal: Het verbeteren van het passen

Jörg Butz



Organisatie van de oefening:

Twee pillonnen (“hoedjes”) staan op een afstand van 15 m van elkaar.

In het midden tussen de pillonnen is een doel geplaatst van pillonnen.(8 m breed).

De spelers staan in groepjes van gelijke aantallen bij de twee uiterste pillonnen.

Bij de pillonnen, die het doel vormen, staat bij elke pillon 1 speler.

Combinatie met drietallen

A speelt naar C en loopt door het pillonnendoel.

C speelt direct naar D.

D speelt A in zijn loop aan.

A neemt de bal aan en dribbelt kort. Vervolgens passt hij naar B, die dan de oefening in de andere richting start.

De posities C en D na enkele keren laten wisselen.

Belangrijk:

Precies en hard aanpassen.

Spelers moeten de oefening dynamisch en op snelheid uitvoeren.

Zorgen dat er op teken gepast wordt.