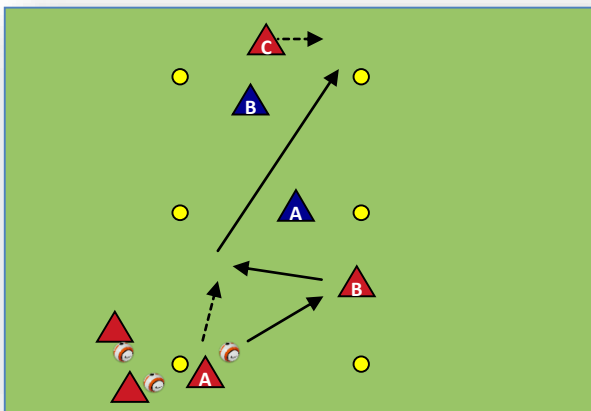


Passen en trappen

Uitspeelvorm



- Organisatie:**
- Lengte veld 24 meter / Breedte veld 12 meter
 - 6 ballen
 - 6 pionnen

- Aantal spelers:**
- 6 t/m 12 spelers

- Methodieken**
- 1: Speler A speelt naar speler B, speler B speelt met twee keer raken naar speler C (vorm met verdediger A). Regel: verdediger A mag pas druk zetten als oefenvorm start vanaf gele lijn.
 - 2: Speler A speelt naar speler B, speler B speelt samen met speler A de verdediger uit (vorm met verdediger A en eventueel verdediger B)

Inhoud – Bedoeling van deze oefenvorm

- Aanwijzingen:**
- Methodiek 1:**
- Speler A dient de bal strak in te spelen op het verre been van speler B.
 - Speler B dient in de breedte en schuin naar achteren te bewegen of de bal aan te vallen. In het eerste geval laat hij de bal over zijn standbeen lopen en pakt daarmee een open aanname in de richting van speler C. In het tweede geval dient hij de aanname in tegengestelde richting vooruit te leggen om snelheid te kunnen behouden. Het is aan speler B om de situatie te lezen en het juiste moment en de juiste richting van passeren te bepalen.
 - Speler C dient zich vrij te lopen in de breedte achter de lijn.
- Methodiek 2:**
- Speler A dient de bal strak in te spelen op het verre been van speler B en doet vervolgens mee in de vorm (er ontstaat een 2 tegen 1 situatie).
 - Speler A en speler B dienen speler A zo snel en effectief mogelijk uit te spelen en op het juiste moment speler C aan te spelen vanuit de eigen vierkant (kan dit niet, dan afkappen indien mogelijk).
 - Verdedigers A en B dienen op voorvoeten en door de knieën te verdedigen (vooruitverdedigen en/of in de breedte)

- Doordraaien:**
- 1 en 2: Speler A naar positie speler B, speler B naar positie speler C, speler C naar positie speler A.
 - Verdedigers draaien in koppeltjes door (per serie)

- Weerstanden:**
- Makkelijker maken**
- Ruimte groter maken of startpunt verdediger A verleggen of achterste lijn (die verdediger B verdedigd) verbreden.
- Moeilijker maken**
- Maximaal 2x en/of 1x raken of puntentelling inbrengen