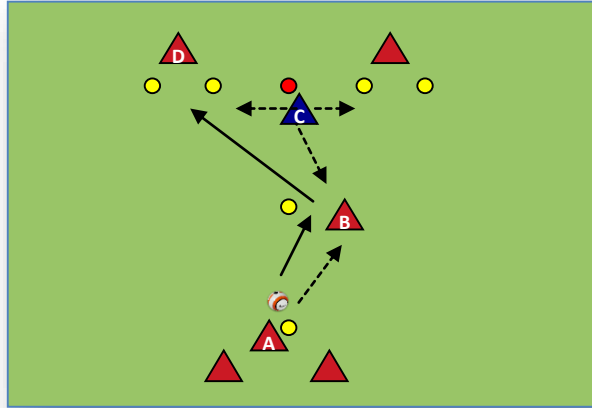


# Passen en trappen

## Y-vorm onder druk



- Organisatie:**
- Lengte veld 30 meter / Breedte veld 20 meter
  - 6 ballen
  - 6 pionnen

- Aantal spelers:**
- 8 t/m 14 spelers

- Methodieken**
- 1: Speler A speelt naar speler B, speler B speelt naar speler D, speler D dribbelt naar positie speler A.
  - Speler C verdedigd de poortjes
  - Speler C verdedigd vooruit
  - Speler A zet druk na pass
  - Combinatie van bovenstaande

## 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. Hij laat de bal over zijn standbeen lopen en pakt daarmee een open aanname in de richting van speler D.
  - Speler D dient ruimte voor zichzelf te maken, omdat hij de bal dient aan te vallen. Dit betekent dat hij de bal dient te controleren op hoge snelheid. Zijn eerste balcontact is met zijn buitenste been.
  - Speler C dient op voorvoeten en door de knieën te verdedigen en eventueel te sliden.

- Doordraaien:**
- 1 en 2: Speler A naar positie speler B, speler B naar positie speler C, speler C naar positie speler D, speler D naar positie speler A.
  - Of met vaste verdedigers werken.

- Weerstand:**
- Moeilijker maken**
- Ruimte groter maken
  - Pionnen weghalen
  - Spanning inbrengen door x aantal fouten in tijdsbestek