

## Techniek (15 mins)

**Doel:** Verbeteren van de balvaardigheid en het herhalen van de beweging van maandag.

**Coachpunten:**

- Door je knieën zakken
- Bal onder je lichaam houden.
- Op je voorvoeten bewegen.

**Opbouw/Variatie:**

- Snelvoetenwerk
- Snelvoetenwerk op de bal.
- Bal afrollen met de voet.
- V-bewegingen maken.
- Hooghouden.
- Herhalen van stop-start bewegingen.

Op het teken van de trainer versnellen naar één van de kleuren pionnen.



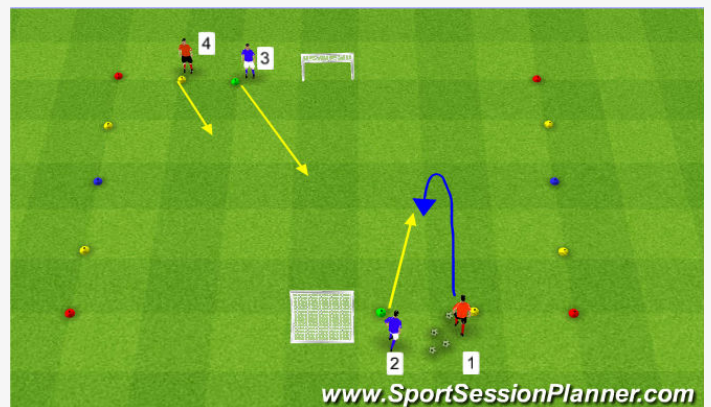
## Duelvorm (15 mins)

**Doel:** Verbeteren van het 2 tegen 2 duel vanuit verschillende hoeken.

**Coachpunten:** Ruimte groot maken als aanvallers, snelheid maken aan de bal, 1 v 1 = actie maken.

**Opbouw/Variatie:**

Speler met bal (1) dribbelt op, op dat moment starten de twee verdedigers (2 en 3) en andere aanvaller (4) met lopen en komen het veld in. Op dat moment wordt er 2 v 2 gespeeld. Rood scoort aan de overkant, blauw aan de dichtsbijzijnde kant.



## Partijvorm (15 mins)

**Doel:** Spelen van partijspel

**Coachpunten:**

- Veld groot houden in BB.
- Veld klein maken bij BBT.
- Acties stimuleren.

**Opbouw/Variatie:**

Partijvorm.



## Positiespel + partijspel (15 mins)

**Doel:** Overtal uitspelen verbeteren.

**Coachpunten:** Ruimtes groot maken in BB.

**Opbouw/Variatie:** Er wordt een partij gespeeld met overtal (dus 5 v 4 of 6 v 3), er mag echter alleen gescoord worden uit een directe pass, dus in één keer schieten. Scoren mag op alle goals. Het ondertal mag op alle goals scoren zonder pass.

