



3 op een rij spelvorm



Date: 25/Jul/2020

Measurement: 20 x 30

Time: N/A:N/A

Players: 8

Duration: 15

Level: U5 - U14

Objective: Verbeteren van dribbelvaardigheid met richtingsverandering op snelheid.

Description: Van elk team start de voorste speler met dribbelen om door de blauwe pionnen. Daarna mag hij afwerken op doel.

Scoret hij, mag hij een hesje pakken bij de gele pion, vervolgens met hesje door de loopladder en in 1 van de 9 vakken neerleggen.

Scoret hij niet, mag hij zijn bal halen en weer achteraan sluiten.

De volgende speler mag starten als de voorgaande speler door de loopladder is geweest.

Zijn de hesjes op, mag je in het vak hesje van plek wisselen.

Coaching Points: Stimulerend.

Progression:

- in hoger / lager tempo na elkaar laten starten
- dribbel vervangen door slalom of andere opdracht
- spelen met 4 hesjes per pion
- scoren vanaf een bepaalde afstand