



1 tegen 1 met 2 teams en 2 kleine doelen



Date:	22/Jul/2020	Measurement:	10 x 30
Time:	N/A:N/A	Players:	8
Duration:	15	Level:	U5 - U14

Objective: Verbeteren van dribbelvaardigheid met richtingsverandering op snelheid.

Description: Verdeel de spelers in 2 teams van 4 spelers. Van elk team gaat er 1 speler verdedigen en 3 spelers zijn aanvaller.

De aanvallers kunnen punten scoren als ze de verdediger passeren in het blauwe vak en de overkant bereiken vanuit een dribbel.

De verdediger kan punten scoren door de bal te veroveren en te scoren op 1 van de kleine doelen. De verdediger mag alleen in het blauwe vak actief zijn.

Coaching Points: Stimulerend.

Progression:

- 1 tegen 1 spelen of 2 tegen 1
- aanvaller heeft 10 / 8 / 5 seconden om de overkant te bereiken
- spelen tot de verdediger alle ballen heeft gescoord
- spelen met bepaalde tijd en score