



## 1 tegen 1 zijwaarts met afwerken op doel



<b>Date:</b>	23/Jul/2020	<b>Measurement:</b>	20 x 30
<b>Time:</b>	N/A:N/A	<b>Players:</b>	8
<b>Duration:</b>	15	<b>Level:</b>	

**Objective:** Verbeteren van dribbelvaardigheid met richtingsverandering op snelheid.

**Description:** Verdeel de spelers in 2 teams van 4. Er start 1 verdediger in het gele vierkant. De overige spelers stellen zich op zoals in de tekening.

Van het zwarte team volgt een pass naar de aanvaller, die de bal aanneemt en de verdediger probeert te passeren in het gele vak. Lukt dit mag hij afwerken op het doel met keeper.

Verovert de verdediger de bal mag hij scoren vanuit het gele vak op het kleine doel zonder keeper.

Verdediger wordt aanvaller. Speler die pass heeft gegeven wordt verdediger.

**Coaching Points:** Stimulerend.

**Progression:**

- 1 tegen 1 of 2 tegen 1 spelen
- scoren binnen 10 / 8 / 5 seconden
- passing laag of passing wreef of passing hoog
- keeper mag scoren (gooien of schieten) op kleine doel
- spelen met individuele score of teamscore