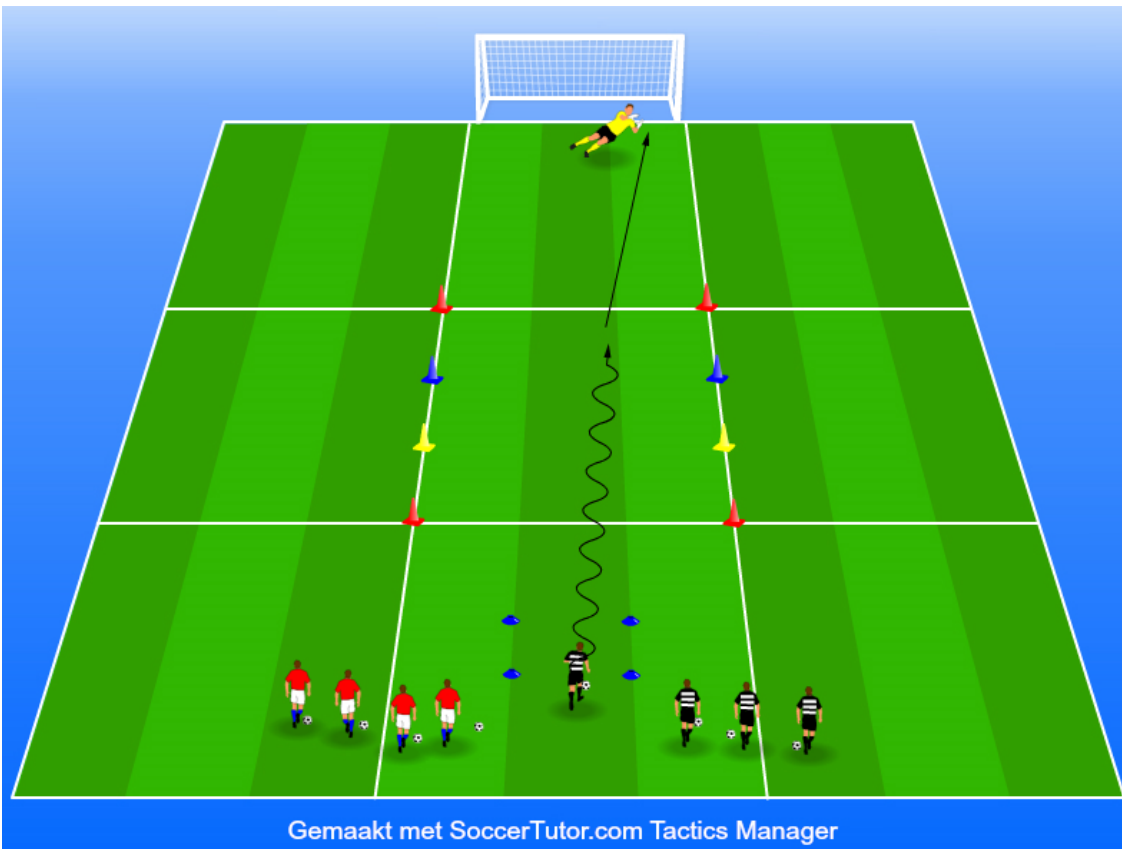




afwerken vanuit dribbelsnelheid verschillende afstanden



Date:	1/Jun/2020	Measurement:	20 x 20
Time:	N/A:N/A	Players:	0
Duration:	15	Level:	U5 - U10

Objective: Verbeteren van dribbelsnelheid en afwerken.

Description: Speler 1 dribbelt en schiet voor de rode pion. Weet hij te scoren mag hij daarna afwerken voor de blauwe pion, en tot slot voor de gele pion.

Na het schot, haal je je bal op en sluit je bij je ploeg achteraan. Teams spelen om en om. Welk team heeft als eerste gescoord voor de gele pion?

Coaching Points: stimulerend

Progression:

- spelen met tijdsdruk (scoren binnen 5 seconden vanaf dribbel)
- spelen met 2 teams tegen elkaar
- spelen met individuele score

- rood = 1 punt, blauw = 2 punten, geel = 3 punten --> vrije keuze en individuele / team score bijhouden