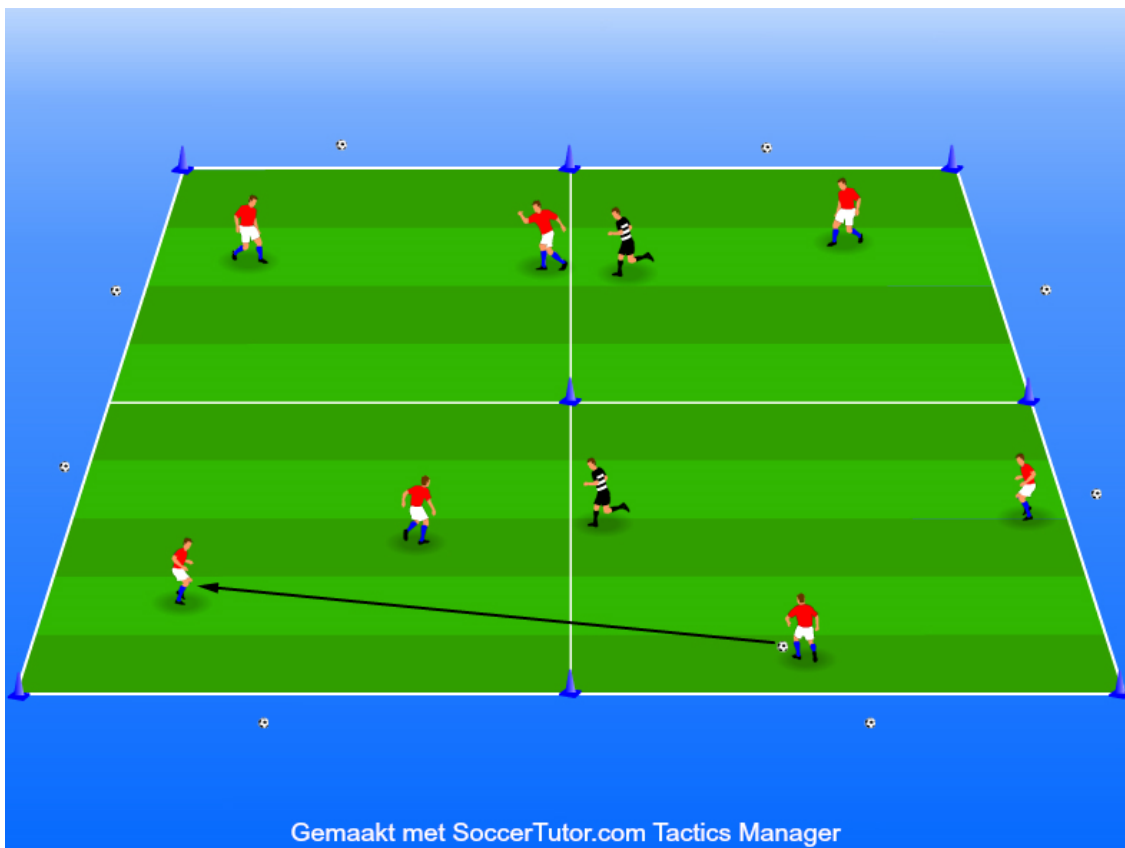




tikspel in 4 vakken met balbezit spelen



Date: 16/Jun/2020

Measurement: 10 x 20

Time: N/A:N/A

Players: 8

Duration: 10

Level: U5 - U10

Objective: Verbeteren van lichaamscoördinatie en versnellen met richtingsverandering.

Description: Tikspel 6 tegen 2 in 4 vakken. De speler die de bal heeft mag niet worden getikt. Er mogen maximaal 3 aanvallers in 1 vak aanwezig zijn.

Coaching Points: Stimulerend.

Progression:

- maximaal 2x raken (bal moet blijven rollen) in balbezit
- na elke pass moet je het vak verlaten
- 7 tegen 1 / 6 tegen 2 spelen
- bal gooien ipv spelen