



deze oefening is getekend met de software van



FOOTBALLTRAINING4ALL.COM

1. Materiaal

- * min. 9 spelers
- * 3 doelen (men kan kiezen kleine of grote doelen afhankelijk of men over doelmannen beschikt)
- * aantal ballen

2. Organisatie

Men plaats de doelen zodanig dat de onderlinge afstand ongeveer gelijk is.

De grote van het veld varieert naargelang het aantal spelers.

3. Omschrijving

- * In deze wedstrijdvorm speelt met drie ploegen, elke ploeg verdedigd zijn eigen doel.
- * Wanneer men aanvalt naar een bepaald doel heeft men een tweede ploeg als bondgenoot, zoals op de tekening zijn groen en zwart bondgenoten en verdedigd rood zijn doel, als er gescoord word krijgen beide ploegen een punt (1 - 1 - 0).
- * de wedstrijdvorm traint het vlug omschakelen van aanval naar verdediging + het zien waar de ruimte ligt.
- * wanneer men geen 3 doelmannen heeft kan men gebruik maken van kleinere doelen.
- * achter de doelen mag men ook voetballen.

4. Coaching en Opmerkingen

Coaching:

- * inspelen bal; aanname bal; beweging zonder bal
- * coaching spelers (vragen van de bal; bal in de ploeg houden)
- * zien waar dat de ruimte ligt

Opmerkingen:

- * de grote van het veld kan men aanpassen naargelang de hoeveelheid en het niveau van de spelers