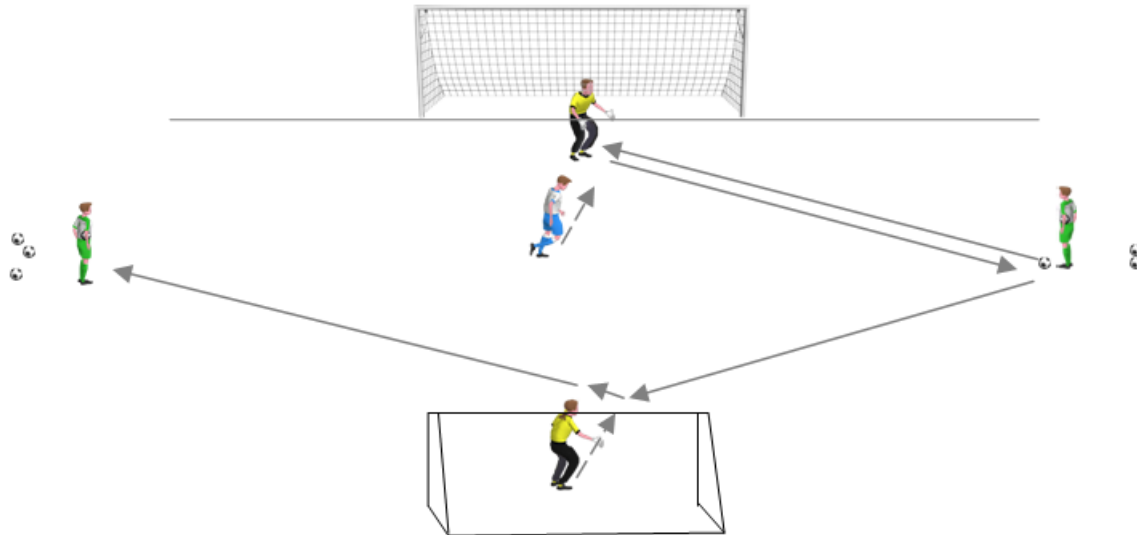


# Spelvoortzetting, opendraaien of kaatsen

Onderwerp: Het verbeteren van de spelvoortzetting bij druk van de tegenstander

1 doelen - 2 ballen per doelman



## Uitleg:

Op beide goals een keeper. Twee inspelers op beide zijden. 1 speler zet 1 minuut lang druk.

## Coaching:

Goed vragen door naam te noemen van degene die inspeelt

Juiste keuze tussen kaatsen of opendraaien

Goed je voet achter de bal (dus niet op de bal)

Aanname en open draaien in een beweging

Bal voor je aannemen (en niet onder je)

Strak / hard trappen

DE DRUKZETTER MOET 1 MINUUT VOLUIT GAAN

## Variaties:

Kaatsen moet direct

Opendraaien verplichte aanname

Kaatsen met verplichte aanname

## Spelvorm:

Als de bal via een keeper de andere zijde bereikt is het 1 punt.

Iedere onderschepping is 1 punt voor degene die druk zet.

Verschil in punten x 2 opdrukken. Bij gelijkspel iedereen 5x opdrukken

## Speelveld afmeting:

Aanpassen naar de kwaliteit van de keepers/spelers. Zorg dat het doel gehaald wordt dus dat de mogelijkheid er is om open te draaien.

Moeilijker maken kan door groot te beginnen en het speelveld steeds kleiner te maken.