

## Stroomtraining 6

**Datum:**

Maandag: 12 november

Dinsdag: 13 november

Team (uitzetten)	Oefening	Aandachtspunten
<p><b>Maandag:</b>            Jo11-1 (veld 1),            M011-1 (veld 2),            Jo10-1 (veld 3)            Jo8-1 (veld 1)</p> <p><b>Dinsdag:</b>            Jo11-3 (veld 1),            Jo9-1 (veld 1)            Jo8-2 (veld 3)</p>	30	<p>Passen/schieten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stand van de voet naast de bal</li> <li>- Juiste plaats raken van de bal</li> <li>- Stand van het bovenlichaam (voorover – achterover)</li> </ul> <p>Aannemen van de bal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Binnenkant voet aannemen</li> <li>- Mee bewegen met de bal van je aanname been</li> <li>- Bal direct klaar leggen om door te kunnen trappen</li> </ul> <p>Belangrijk:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laat hem/ haar zowel met links als met rechts oefenen.</li> </ul>
<p><b>Maandag:</b>            Jo11-2 (veld 1),            Jo9-3 (veld 2),            Jo10-2 (veld 3),            Jo10-3 (veld 3),</p> <p><b>Dinsdag:</b>            Jo11-4 (veld 1),            Jo9-2 (veld 1)            Jo9-4M (veld 3)</p>	31	<p>Passen/schieten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stand van de voet naast de bal</li> <li>- Juiste plaats raken van de bal</li> <li>- Stand van het bovenlichaam (voorover – achterover)</li> </ul> <p>Aannemen van de bal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Binnenkant voet aannemen</li> <li>- Mee bewegen met de bal van je aanname been</li> <li>- Bal direct klaar leggen om door te kunnen trappen</li> </ul> <p>Belangrijk:</p> <p>Laat hem/ haar zowel met links als met rechts oefenen.</p>
<p><b>Dinsdag:</b></p>	41	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spelers moeten ingaan zien wanneer ze moeten spelen en wanneer ze kunnen dribbelen of een actie kunnen maken.</li> </ul>

**Partijvorm:**

3 tegen 3 of 4 tegen 4 vormen

Veld 1 = hoofdveld

Veld 2 = natuurgras of Kunstgras klein bij slecht weer

Veld 3 = Kunstgras achter tribune