



Stroomtraining 8

Datum:

Maandag: 26 november

Dinsdag: 27 november

Team (uitzetten)	Oefening	Aandachtspunten
<p>Maandag: Jo11-1 (veld 1), M011-1 (veld 2), Jo10-1 (veld 3) Jo8-1 (veld 1)</p> <p>Dinsdag: Jo11-3 (veld 1), Jo9-1 (veld 1) Jo8-2 (veld 3)</p>	16	<p>Dribbelen / drijven:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dribbelen met de veters - Links/ rechts dribbelen - Laag over de bal <p>Kappen / draaien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Links / rechts uitvoeren
<p>Maandag: Jo11-2 (veld 1), Jo9-3 (veld 2), Jo10-2 (veld 3), Jo10-3 (veld 3),</p> <p>Dinsdag: Jo11-4 (veld 1), Jo9-2 (veld 1) Jo9-4M (veld 3)</p>	18	<p>Beide kanten met hetzelfde been laten dribbelen, zodat spelers bij passeerbewegingen niet tegen elkaar botsen.</p> <p>Kappen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Links en rechts binnenkant - Links en rechts buitenkant - Achter standbeen <p>Schijnbewegingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schaar - Overstap - Zijstap - Zidane
<p>Dinsdag:</p>	33	<ul style="list-style-type: none"> - Uitvoering 1, 2, 3 toepassen in wedstrijdvorm

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