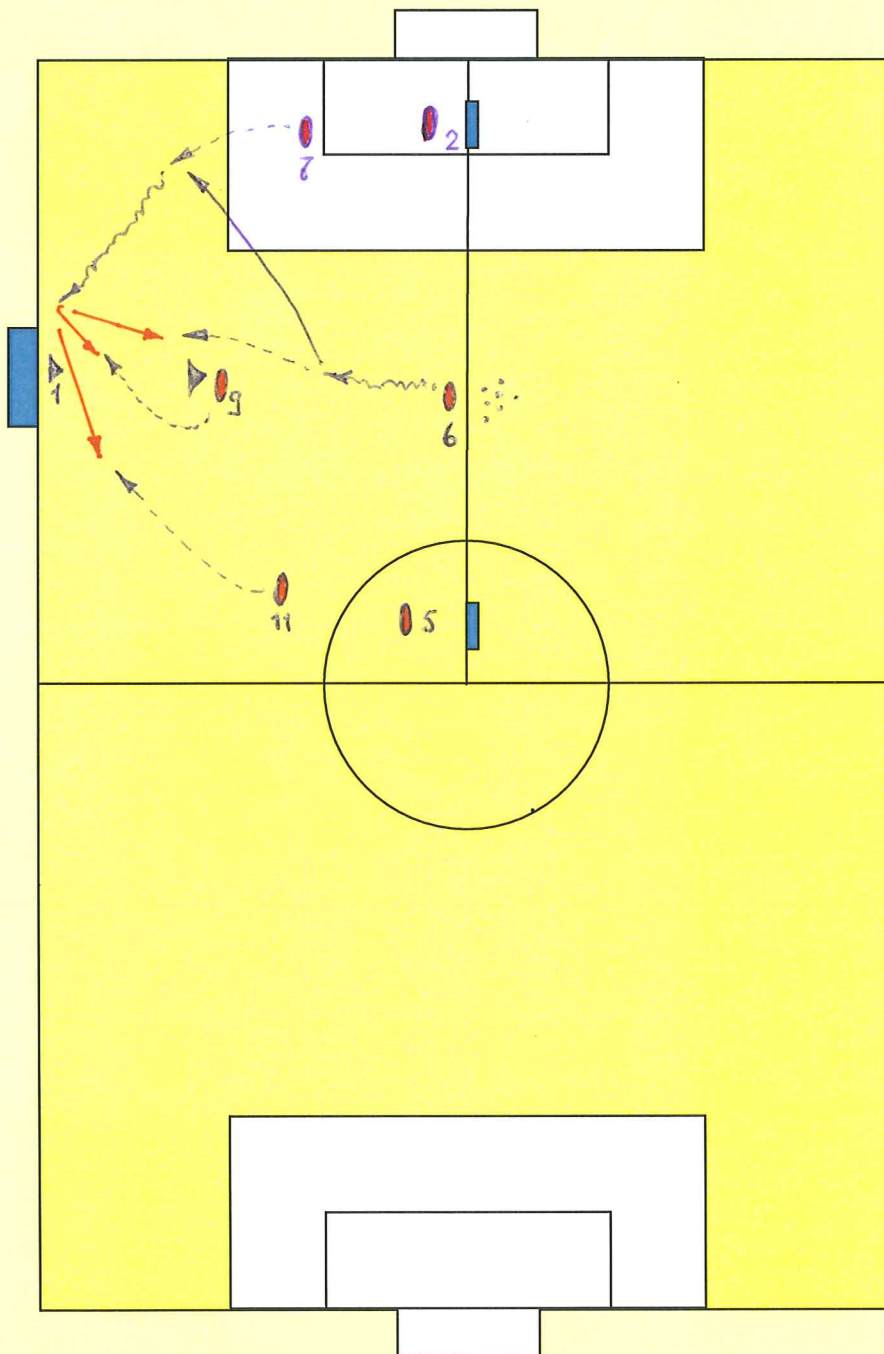


Datum: ..... Training: Doel positionele bezetting voor het doel .  
Start telkens bij 6 (centrale middenvelder)



Start bij balbezit no 6.

Voorwaarden:

1<sup>e</sup>

No 6 dribbelt in en speelt no 7 of 11 in. No 7 of 11 drijven met bal richting doel waar no 7, 11, 9 en 6 hun positie in nemen om te kunnen scoren.

No 9 gaat richting 1<sup>e</sup> paal (zie tek.). Als no 7 dribbelt met bal richting doel, dient no 6 op ruime afstand (zie tek) van doel te blijven zodat 6 altijd aanspeelbaar blijft en zo direct kan scoren.

No 11 mag niet te dicht op 2e paal staan (zie tek). No 11 dient 4 a 5 mtr diagonaal van tweede paal te staan.

Technisch aanwijzingen:

- Als 7 en 11 dribbelen naar het doel moet de bal worden ingespeeld naar degene waar de ballijn open is.
- Probeer de bal zo goed af/terug te leggen dat er direct geschoten kan worden door 9, 6 of

7/11.

Verdedigende partij start met een keeper en één centrale verdediger.

Na doelpoging starten bij no 6. Laat 2 en 5 op positie van 7 en 11 meedoen.

Techniek training:

Elke training van een E/F team **start** met techniek training.

Duur: 15 a 20 minuten.

Opzet: Iedere speler één bal zodat elke speler de techniek vorm kan uitoefenen.

Na techniektraining volgt ongeveer 20 a 25 minuten bovenstaande training. Laatste gedeelte vrijspel en dus partijspel. Hierin dien je als trainer begeleidend te coachen van wat zojuist de doelstelling van bovenstaande training was.

**BLIJF ALTIJD POSITIEF COACHEN. BESTEEDT AANDACHT AAN WAT GOED GAAT OF GING.**