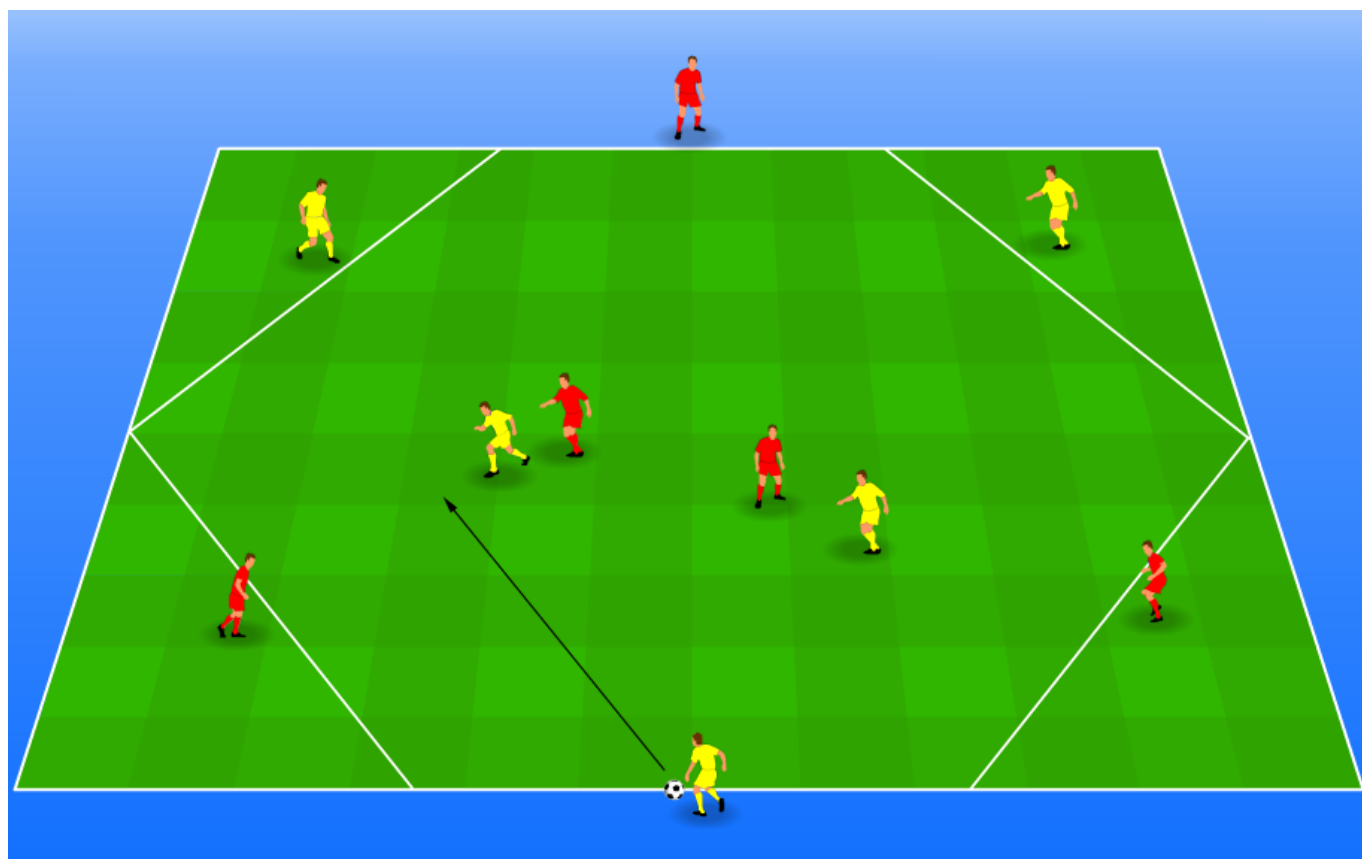


Positiespel 2:2 +3 in een zeshoek



Doel

- verbeteren van het vrijkomen van een directe tegenstander

Organisatie

- een zeshoek met zijden van ongeveer 6 meter
- 10 spelers (of de aantallen op logische wijze aanpassen)
- voldoende hesjes, pylonen en ballen

Inhoud

- als geel de bal heeft, is het 5:2, inclusief de kaatsers
- zij spelen op balbezit, 10 opeenvolgende passes is een punt
- rood probeert de bal te veroveren en speelt 5:2 nadat dat lukt

Mogelijke regels

- maximaal 1x raken voor de spelers aan de zijkant
- zij staan in het vak, buiten de lijnen is de bal uit
- spelers aan de zijkant mogen niet naar elkaar toe spelen

Coaching

- 'Loop vrij door in de vrije ruimte te bewegen.'

- 'Geef verbaal of met je hand aan waar je de bal wilt ontvangen.'
- 'Gebruik je handen om de tegenstander te voelen en af te houden.'

Methodiek

- andere aantallen in het midden, zoals 1:1 of 3:3
- 2x2 kaatsers (vierkant) of 2x4 kaatsers (achthoek)