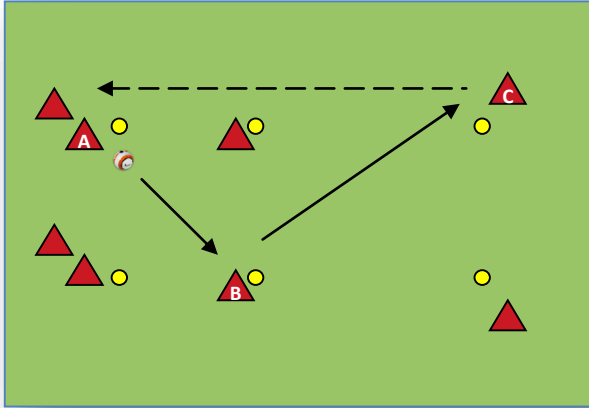


# Passen en trappen

## Kleine rechthoek



- Organisatie:**
- Lengte veld 24 meter / Breedte veld 8 meter
  - 6 ballen
  - 6 pionnen

- Aantal spelers:**
- 10 t/m 14 spelers

- Methodieken**
- 1: Speler A speelt naar speler B, speler B draait open en speelt door naar speler C. Speler C dribbelt terug.
  - 2: Speler A speelt naar speler B, speler B valt aan en speelt door naar speler C. Speler C dribbelt terug.
  - 3: Oefenvorm kan als volgt worden uitgebreid: Speler C maakt een kaats met speler B (van eigen rij of van andere rij) en/of speler B legt neer voor speler A (van andere rij).

## Inhoud – Bedoeling van deze oefenvorm

- Aanwijzingen:**
- Methodiek 1:**
- Speler B draait open door de bal aan de buitenkant schuin achter de pion aan te nemen. De bal over het standbeen laten lopen om zo een late aanname te pakken. De bal wordt direct in de je richting van speler C aangenomen. Hij speelt de bal gericht op het buitenste been van speler C.
  - Speler C maakt ruimte voor zichzelf en valt de bal aan. Hij houdt het tempo tijdens en na zijn aanname vast.
- Methodiek 2:**
- Speler B maakt ruimte voor zichzelf en valt de bal aan, Zijn aanname is aan de binnenkant van de pion, met het buitenste been, in de richting van speler C.
- Methodiek 3:**
- Wanneer speler C een kaats maakt met speler B van de andere rij, dan dient hij de bal nog steeds aan te vallen. Hij loopt als het ware op snelheid in de bal en stapt na zijn balcontact ook gelijk door. Speler C kaatst de bal terug en draait om.
  - Wanneer speler C een kaats maakt met speler B in de andere rij, dient speler B erop te letten afstand te behouden.
  - Wanneer speler A van de andere rij de pass op C geeft, dient de tijd tussen kaats van B en pass van A zo kort mogelijk te zijn.

- Doordraaien:**
- Speler A naar positie speler B, speler B naar positie speler C, speler C naar positie speler A.

- Weerstanden:**
- Moelijkker maken**
- Ruimte groter maken
  - Pionnen weghalen
  - Spanning inbrengen door x aantal fouten in tijdsbestek