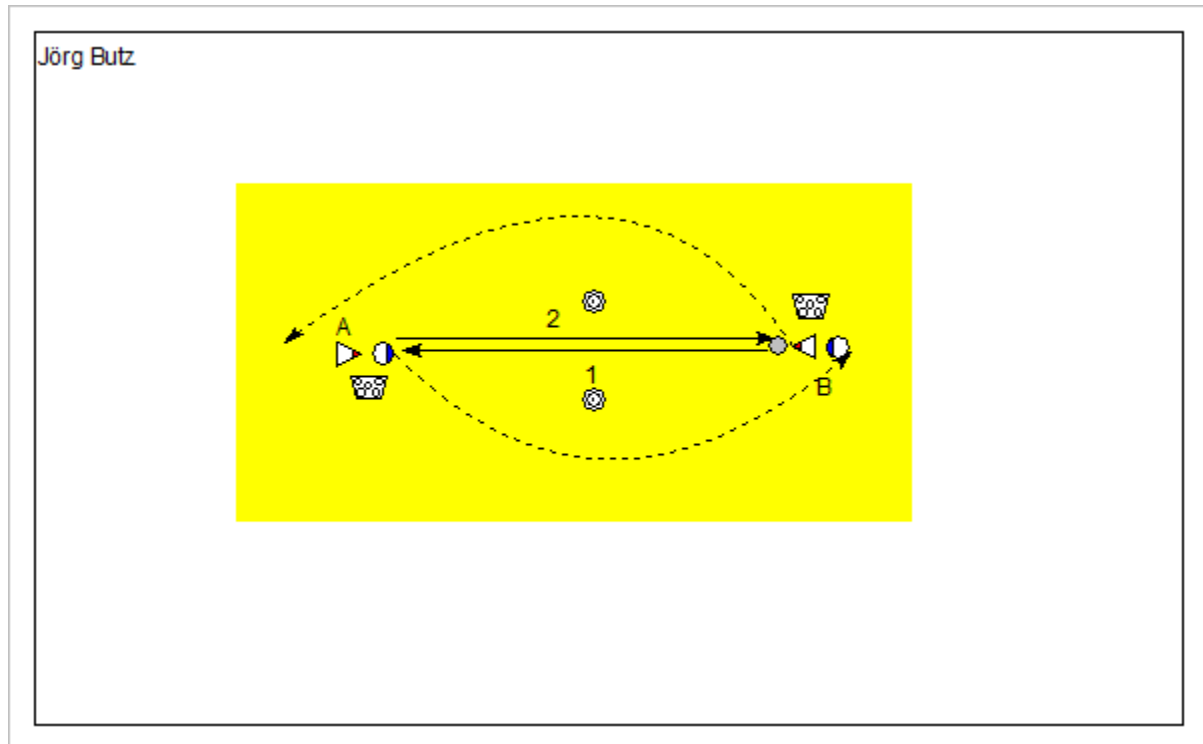


Technische training Aanvallend hockey



Aanvalsspel

Hockey Ping Pong

Verloop van de oefening:

Dit is een basisoefening ter voorbereiding. Net zoals een tennisspeler die zich met basisslagen op de training voorbereidt, moeten de spelers, met directe simpele passes op elkaar, zich voorbereiden op de ingewikkelde trainings- en wedstrijdvormen. De trainer heeft zo de mogelijkheid, technische fouten bij elke afzonderlijke speler te zien en reeds bij de basisoefening te corrigeren.

De spelers passen de bal direct tussen twee pylonen door en lopen tegen de klok in naar de andere kant. De grootte van het doeltje en de afstand tussen de spelers wordt aangepast aan de leeftijd en het niveau van de spelers.