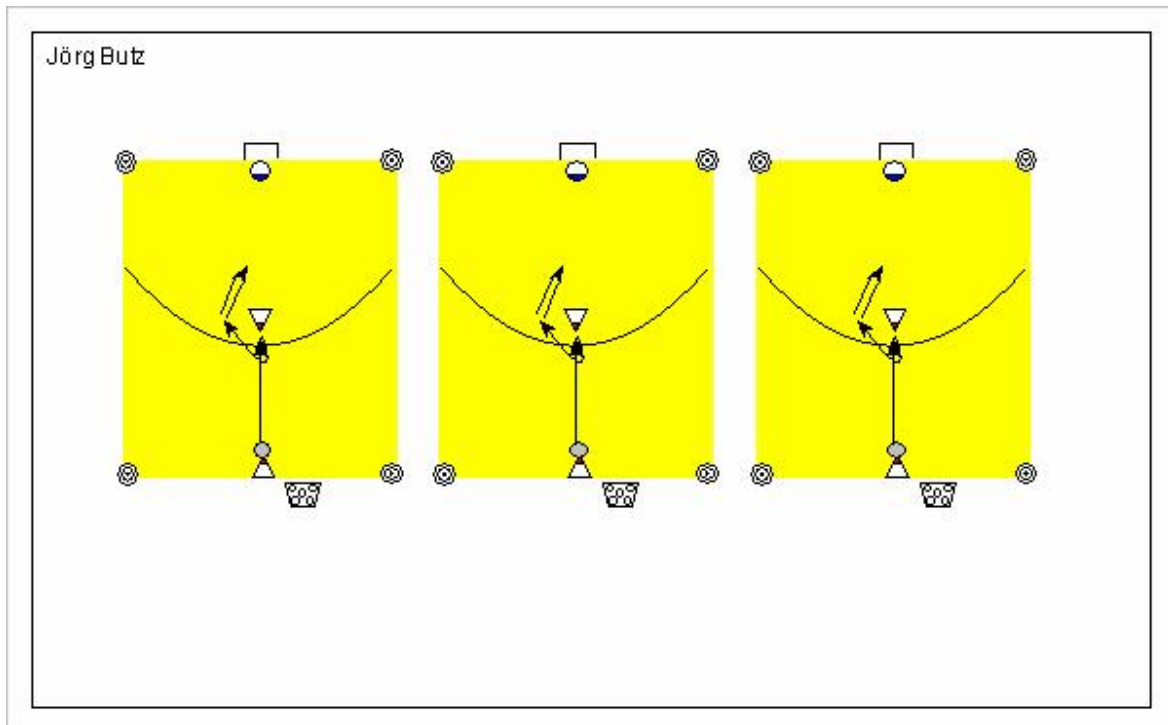


Technische training Op doel schieten



Organisatie van de oefening

3 opstellingen uitzetten (zie afbeelding).

De afstand tussen degene die de bal aanspeelt en de aanvaller bedraagt 10 meter.

De aanvaller wacht 10 meter voor het doel op het aanspelen van de bal..

Balaanname en op doel schieten

De speler bij het beginpunt passt op de aanvaller bij de tweede pylon.

Deze aanvaller neemt de bal in de draai naar de zijkant aan en mee en schiet vervolgens op het doel.

De aangever gaat nu naar de tweede pylon, waardoor hij wordt aangespeeld en op doel kan schieten.

Variaties

De beide spelers spelen de bal driemaal naar elkaar. Pas dan neemt de aanvaller de bal in de draai naar de zijkant aan en schiet op het doel.