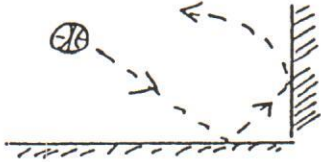


4. *Via de muur.*

- a. Grond-muur-pass; iedere speler een bal. Pass de bal via de grond tegen de muur en vang.



- b. Als oef. a; tweetallen; speler 1 passt via de grond tegen de muur; de andere speler vangt.

5. *Mikspel.*

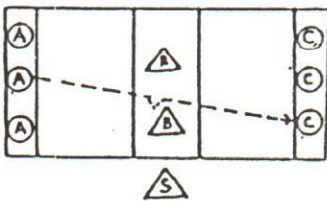
Pass de bal via een cirkel op de grond in een doos (korfbalmand)



6. *Bounce spel.*

Per speelveld: vier à zes aanvallers, twee verdedigers, één scheidsrechter, één bal. De spelers mogen hun speelveld niet verlaten. Er zijn twee aanvallende partijen A en C. Zij moeten elkaar de bal met een bounce pass toespelen. Hierbij moet de grond in het middenvak geraakt worden. De verdedigers moeten proberen de bal te onderscheppen. Iedere pass, die 'ongeschonden' in handen van een aanvallende partij komt, levert een punt op. Na elke onderschepping wordt gewisseld.

- wissel volgens een vaste volgorde
- het team, dat de fout heeft gemaakt, gaat verdedigen.
- de verdedigende partij levert altijd de scheidsrechter.



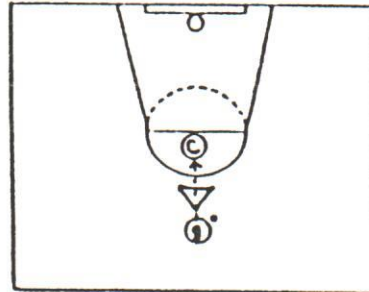
**OVERHEAD PASS**

*Aandachtspunten:*

- Voor het oefenen van deze pass, is het merendeel van de chestpass-oefeningen bruikbaar; in plaats van een directe pass, wordt de overhead techniek toegepast; eventueel de passafstand aanpassen.
- Enige specifieke oefeningen volgen hieronder.

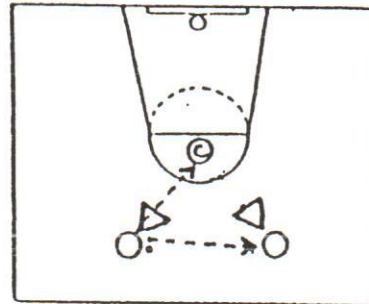
1. *Aanspelen van de hoge post.*

Een guard wordt passief verdedigd (armen gespreid). Hij dreigt eerst met een chestpass, brengt vervolgens de bal snel boven het hoofd en past naar de ongedekte center.



2. *Drie tegen twee.*

Twee guards, één center. Eén bal. De beide guards worden verdedigd. Zij spelen elkaar of de center de bal toe.



3. *Als oef. 2.*

De onbelaste verdediger front de center. Indien de center de bal krijgt wordt deze door beide verdedigers gehinderd bij het terugspelen naar de guards.

