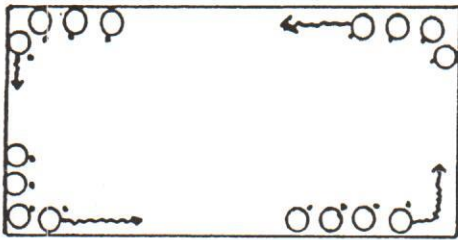
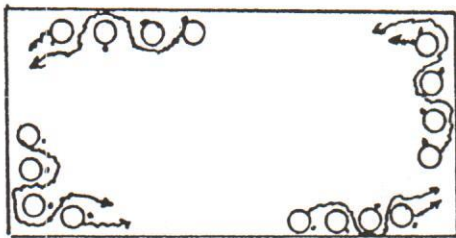


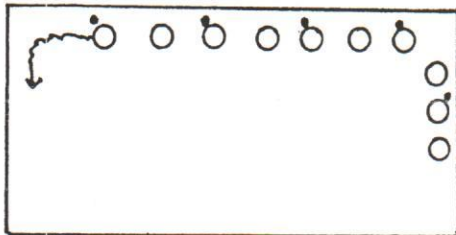
- de laatste van elk groepje dribbelt buitenom tot voor de eerste van de groep; starten op teken.



- al dribbelend slalommen de achtersten naar voren; onderlinge tussenruimte is ongeveer twee meter; starten op teken.

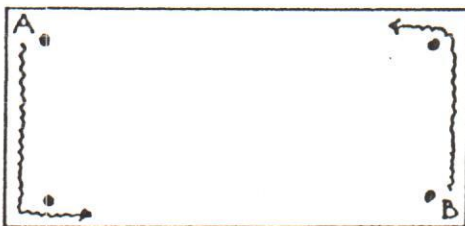


- om en om een bal; op teken de bal neerleggen, de volgende speler pakt hem op.



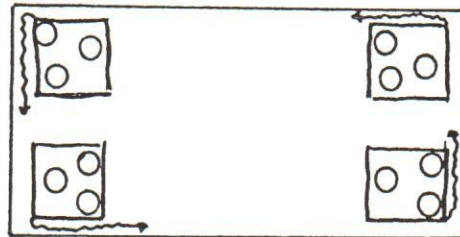
b. Achtervolgen:

Iedere speler heeft een bal. Er zijn twee groepen van vijf à zes spelers (A en B). De groep, die er in slaagt de achterste speler van de andere groep te tikken is winnaar.



c. Vierhoekendribbel 1:

Alle spelers een bal; de totale groep wordt in vier kleinere groepjes opgedeeld; ieder groepje start vanaf een mat, die in de hoek van het speelveld ligt. Op fluitsignaal moet iedere groep al dribbelend een mat opschuiven; bij een dubbel signaal moet iedereen twee matten verder.



d. Vierhoekendribbel 2:

Als oef. 5c;

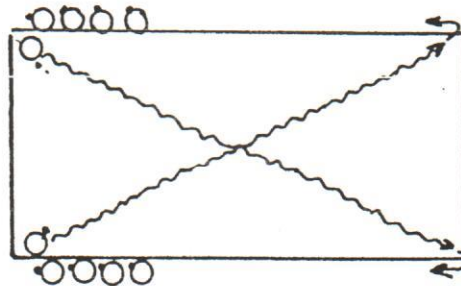
Nu moet de groep na het fluitsignaal naar een willekeurige, maar onbezette hoek dribbelen; blijkt deze hoek plotseling bezet te zijn, dan moet de groep nogmaals op zoek naar een vrije hoek. De groep, die het laatst aankomt krijgt een strafpunt.

6. Andere oefenvormen:

a. Diagonaaldribbel:

Twee groepen; ieder een bal. Dribbel zo snel mogelijk over de diagonaal naar de andere kant en sluit aan, via de zijkant, bij de andere groep.

- vanaf de linkerkant wordt gestart met een dribbel met de rechter-, vanaf de andere zijde met de linkerhand.
- bij twijfel heeft rechts voorrang.



b. Vier rijtjes; twee ballen; dribbel diagonaal naar het andere rijtje, speel de bal af en sluit achteraan.

- plaatsen markeren.
- afstand verkleinen; in combinatie met passen.

