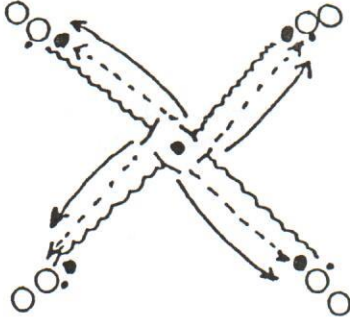
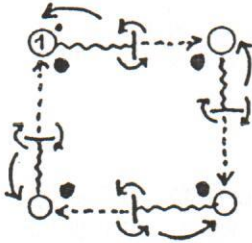


j. Vierkant (3).

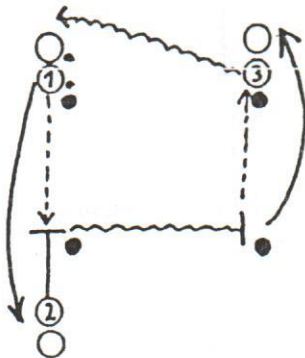
Dribbel naar de pilon, stop, pivoteer en pass naar de volgende rij; pass volgen
- meerdere ballen



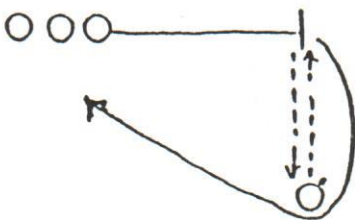
k. Vier spelers; vier pilonnen; één bal. Speler 1 dribbelt tot halverwege de afstand, stopt, pivoteert, passt en gaat weer naar zijn eigen plaats terug.



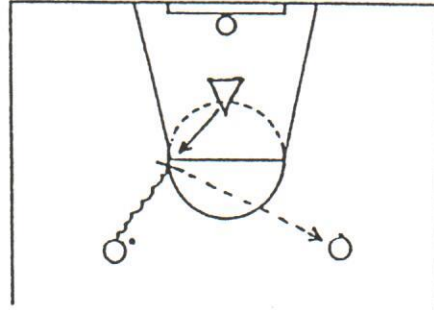
l. Zes spelers; vier pilonnen; twee ballen. Speler 2 loopt toe en ontvangt de bal ter hoogte van de pilon. Hij stopt, pivoteert, dribbelt naar rechts tot de andere pilon, stopt, passt naar speler 3 en volgt.



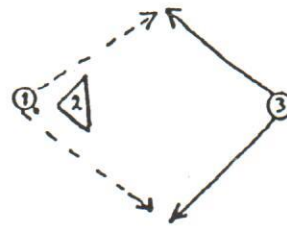
m. Ga terug met een omweg!
Toelopen-vangen-stoppen-pivoteren-terugpassen.



n. Aanvaller 1 dribbelt naar de vrije worplijn; als hij wordt afgestopt door de verdediger, pivoteert hij en passt naar 2.



o. Lummelen (1):
Per drietal een bal. Speler 2 is verdediger. De balbezitter mag zich niet verplaatsen en moet door goed pivoteren een passmogelijkheid vinden om de andere speler te bereiken. De niet-balbezitter is steeds in beweging om de pass te ontvangen. Er wordt gewisseld na .. minuten, na tien passes of wanneer de verdediger de bal heeft aangeraakt.



p. Lummelen (2):
Als oef. o; per viertal een bal. De balbezitter wordt door twee spelers verdedigd.



Opmerking:
Omdat stoppen en pivoteren bijna altijd worden uitgevoerd in combinatie met andere basisvaardigheden komen deze onderdelen ook veelvuldig voor in de vermelde oefenstof van andere fundamentals.