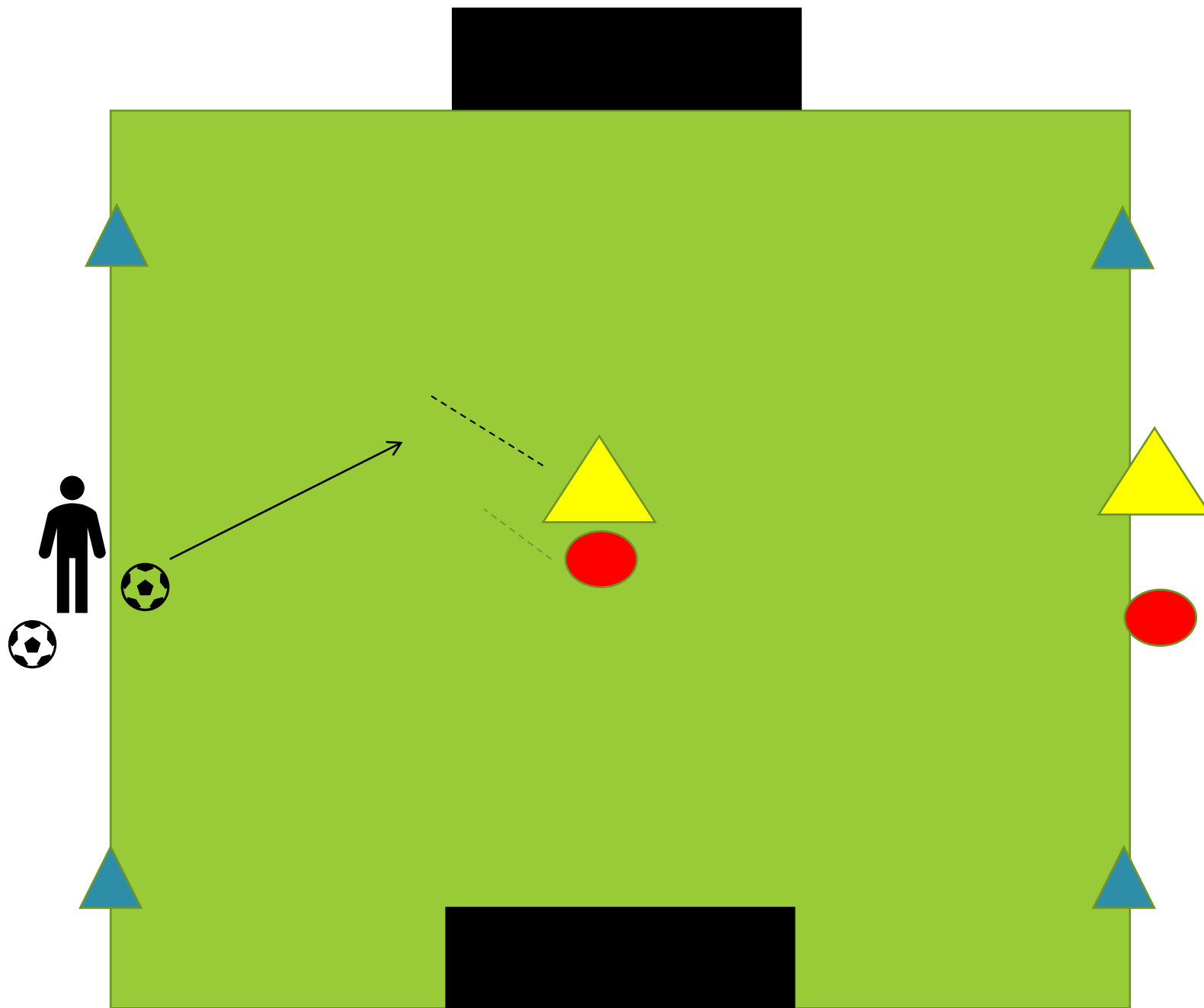


# Vorm 1: Vrijlopen in een 1v1 duel



## Organisatie:

Veld 20x15m met 2 minidoeltjes (zwart). Spelers die niet aan de beurt zijn, staan opgesteld buiten het vak t.o.v. de trainer. Twee spelers (geel en rood) staan klaar om een pass van de trainer te ontvangen. De spelers moeten eerst vrijlopen in het blauwe vak om aanspeelbaar te zijn. Diegene die goed vrijloopt krijgt de bal en mag scoren op beide doeltjes, terwijl de andere speler verdediger wordt.

## Coaching en aanwijzingen:

Er mag pas gescoord worden als de balbezitter uit het blauwe vak is. Stimuleer de spelers om vrij te lopen en zet het spel ook eens stil (STOP) als ze het goed doen en complimenteer ze! Lukt het? Loopt het? Leeft het? Verplicht de spelers dan om eerst 1x een combinatie met de trainer te zoeken alvorens ze mogen scoren. Houd de vaart in het spel.