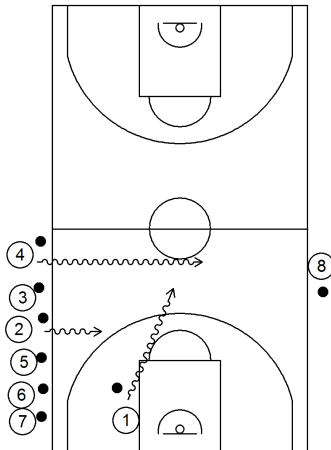




Overlooptje



- centers, forwards en guards
- vanaf U12
- elke speler een bal

Vereisten: spelers moeten de basistechniek van het dribbelen beheersen

Doel: verbeteren van de dribbel met de zakke hand

Organisatie:

- gebruik het halve veld
- spelers mogen alleen met hun zwakke hand dribbelen
- spelers mogen de bal niet oppakken
- begin met één tikker
- de spelers die getikt wordt wordt ook tikker, net zo lang tot er alleen nog tikkers zijn

Teaching points:

- over de bal heen kijken en het veld voor je overzien
- stuiter is hard

Variaties:

- de bal buiten het veld wel met twee handen pakken, maar dan verplicht met twee **harde** stuiters beginnen voordat je gaat overlopen