# Doelstellingen JO13 -1 & JO13 -2

## Week 41

## Het aanleren/verbeteren van het vrijlopen wanneer het team is balbezit is.

Warming up A: 3 tegen 3 positiespel 2 situaties

Warming up B: 3 tegen 3 positiespel 3 x raken 2 situaties

Warming up C: 3 tegen 3 positiespel, mag niet terug naar de zelfde 2 situaties

Kern 1 A: 5 tegen 5 positiespel, 3 x raken

Kern 1 B: 5 tegen 5 positiespel mag niet terug naar de zelfde persoon

Kern 1 C: 5 tegen 5 positiespel, 3 x raken en mag niet terug naar de zelfde.

Zo stimuleer je dat je team genoten sneller zullen aanbieden omdat je maar beperkt aantal x mag raken en dat je moet vrij lopen omdat hij niet terug mag naar de zelfde persoon!

Kern 2: 5 tegen 5 partij