

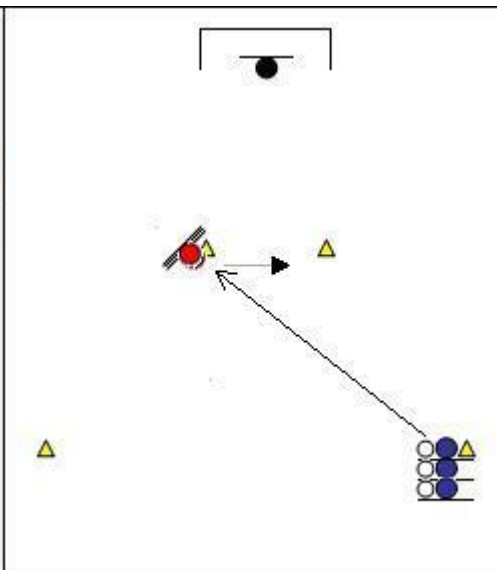
Afwerkvorm

Zwart=Keeper Rood=trainer Blauw=Speler

De speler speelt de bal met binnenkant voet naar de trainer. Die speelt de bal tussen de 2 gele pionnen. De speler loopt in en schiet dan op doel met links doormiddel van een wreeftrap. De speler pakt de bal en sluit weer achter aan in de rij.

De oefening ook van de andere kant doen. Dit omdat er dan op het linkerbeen en het rechterbeen geoefend wordt.

Materiaal: 4 pionnen - 6 ballen - 1 doel



<http://www.voetbaltrainingonline.nl>