

<b>Trainingsvorm:</b>	Mikvorm 10.	<b>Ballen knallen.</b>
<b>Doelstelling:</b>	Het snel schieten verbeteren.	
<b>Niveau:</b>	F-pupillen.	<b>Duur:</b> 15 minuten.
<b>Aantal spelers:</b>	Minimaal 6 spelers.	<b>Veldafmetingen:</b> 25x25 meter.

**Uitleg organisatie:**

Er zijn 10 of meer ballen.

De 2 spelers in het vak moeten alle ballen zo snel mogelijk uit het vak schieten.

De andere spelers moeten de ballen weer terug in het vak schieten, maar ze mogen niet in het vak komen.

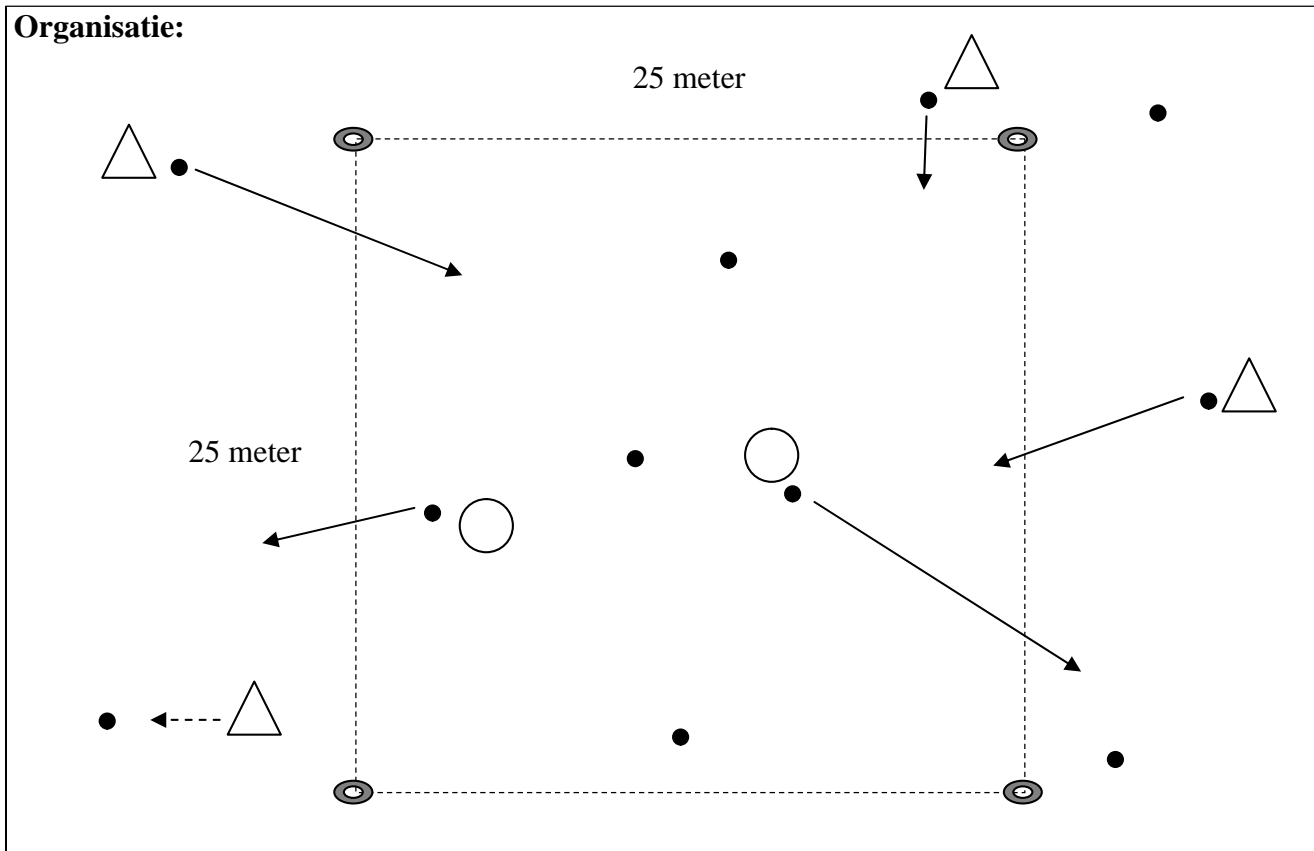
Als alle ballen uit of in het vak zijn is er een winnaar.

Duurt het te lang dan kun je na bijvoorbeeld 3 minuten kijken hoeveel ballen er nog in het vak zitten.

**Variatie:**

Als het goed loopt kun je dit een volgende keer spelen met 3 wegschieters en 1 verdediger in het vak.

**Organisatie:**



**Aandachtspunten:**

De bal niet eerst mooi neerleggen, maar direct knallen.

	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper