

Cercle Brugge K.S.V.



Trainer :

Bart Vanhecke

Ploeg :

U16

Tijdstip :

17/08/2010 om 18:30

Thema :

Opbouw langs achteruit (17) +
sluiten ruimte in B-

Basics 1 :

B+ naar B-

Basics 2 :

Druk zetten

Basics 3 :

Positiespel B-

Doelstelling :

Opwarming



keeper speelt in op 3, die eerst aansluit en daarna diagonaal afhaakt. 3 speelt in op 10, die kaatst naar 2. 2 speelt diep op 9, die kaatst op 10. 10 legt breed op 7, die de voorzet trapt.
Doorschuiven : 3 - 10 - 2 - 7 - 9
2 spelers op positie 2

Training U16

17/08/2010 om 18:30 Thema : Opbouw langs achteruit (17) + sluiten ruimte in B-

Wedstrijdvorm 1



Opbouw langs achteruit via 3 en 4 of via 2 en 5 of 8 en 10
=> rode ploeg probeert 7 of 11 aan te spelen.

=> Gelukt = tegenaanval

=> blokvorming 3, 4, 8, 10 en 2 en 5 zeer snel naar binnen

Tussenvorm 1



Balbezit, sluiten van de ruimte.

3 rond de bal,

1 à 2 ruimte tussen afschermen

=> enkel heel korte opbouw voorzien of lange bal

=> naar buiten dwingen

Training U16

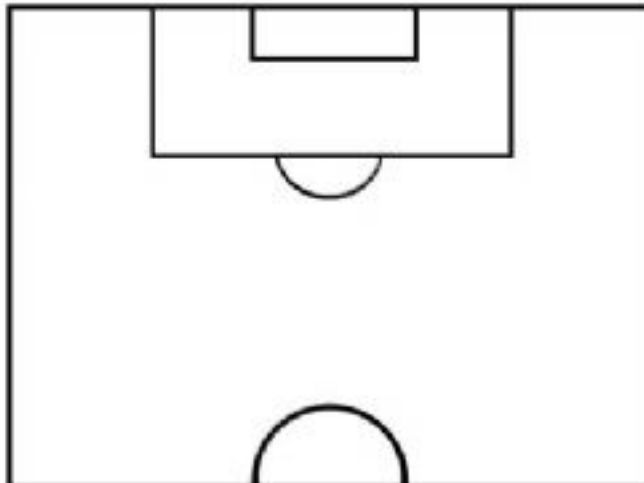
17/08/2010 om 18:30 Thema : Opbouw langs achteruit (17) + sluiten ruimte in B-

Wedstrijdvorm 2



Keeper (trainer) speelt positie 4 in, die opendraait. Ondertussen wisselen 8 en 10 van positie. 4 speelt diagonaal in op 10, die teruglegt op 2. 2 trapt diep op 9, die aflegt op 8. 8 opent breed op 11, die aflegt naar 5. 5 trapt vroege voorzet, 9 werkt af.
Doorschuiven : 4 - 2 - 6 - 10 - 8 - 5 - 11 - 9
Positie 2 : 2 spelers
Variatie : roterende driehoek in middenveld : 8 haakt af naar de bal, 10 loopt in rug van de 8 en 6 gaat diep

Tussenvorm 2



Training U16

17/08/2010 om 18:30 Thema : Opbouw langs achteruit (17) + sluiten ruimte in B-

Wedstrijdvorm 3



WV K+7 tegen K+7
=> 3-1-3 opstelling
=> blok in B-
=> open in B+

Cooling Down



6 en 8 openen diagonaal
7 en 11 controleren de bal en snijden naar binnen.
Ze zoeken de rechtstreekse tegenstander op en trappen op het doel.