**Coachings**  woorden:

o **Tijd**: wanneer de aangespeelde speler zodanig vrij stat dat hij zelf kan beslissen hoe hij verder wil spelen, hij kan de bal in elk geval aannemen/meenemen

o **Laat lopen**: de aangespeelde speler kan de bal laten lopen en daarna terug het spel hervatten (of waardoor hij sneller om kan draaien en tempo maken)

o **Los**: roept de keeper indien de spelers de bal niet hoeven aan te raken

o **Geef/speel**: de speler die roept kan aangespeeld worden

o **Rug**: tegenstrever in de rug

o **Alleen**: speler die de bal ontvangt staat alleen en heeft tijd om iets met de bal te ondernemen.

o **Terug:** de speler in BB staat tegen een overtal en moet terugdraaien en terugspelen. o **Duel:** indien de speler kortst bij de bal het duel moet aangaan.

o **Kantel / verander :** de speler in BB moet de bal veranderen naar de andere kant . o **Druk:** de speler het dichtst bij de BB loopt door tot bij de tegenstander en dwingt deze terug of breed te spelen. o **Steunen:** bij BB dient de speler een linie achter de BB zich aan te bieden , zodat de BB terug kan spelen. o **Kaats :** de aangespeelde speler heeft geen mogelijkheden om de bal aan of mee te nemen en moet de bal direct kaatsen. o **Sluiten/vooruit:** als de bal vooruit gespeeld wordt en er snel aan of bijgesloten moet worden. o **Sterk:** de aangespeelde speler moet zich sterk maken in duel of de bal afschermen omdat hij een tegenstander in de rug heeft. o **Knijpen:** wanneer de aanval van de tegenpartij over de andere zijde van het veld wordt opgezet, moeten de spelers aan de kant waar de bal zich niet bevindt, schuin naar binnen bewegen, ze geven elkaar op die manier rugdekking. o **Draai open :** de aangespeelde speler moet de bal zo aan/meenemen dat hij een zo groot mogelijk gedeelte van het veld overziet en ook de pass naar zo veel mogelijk richtingen kan geven. o **Doordekken:** wanneer de tegenstander zich in tegenwaartse richting beweegt, moet de speler die bij hem staat hem zo kort mogelijk blijven volgen. o **Rust:** de speler kiest voor een trage opbouw.