

# **BALBEZIT TEGENSTANDER**

## **Algemeen ( 1 )**

- **Als team eerst druk zetten,  
daarna inzakken tot 15 m eigen helft**
- **Eerst in positie, dan pas uitrusten**

# **BALBEZIT TEGENSTANDER Algemeen ( 2 )**

- **De tegenstander mag niet via de as opbouwen**
- **Laat hun zwakste man aanspelen!**
- **Pas op voor de counter**

**Bij snelle tegen aanval ( omschakelen )  
nuttige overtreding maken op het  
middenveld**

# **BALBEZIT TEGENSTANDER**

## **Algemeen ( 3 )**

- **Allemaal weer achter de bal**
- **Veld klein maken**
- **De linies goed aansluiten**
- **Geen ruimte weggeven**

**Iedereen doet mee!!**

**Geen risico nemen - dan ruimen**

# **BALBEZIT TEGENSTANDER**

## **Verdediging ( 1 )**

- **Laatste man geeft rugdekking**
- **2 spitsen: 2 man in de dekking vanuit de eigen positie en de vrije man pakt een opkomende middenvelder**

# **BALBEZIT TEGENSTANDER**

## **Verdediging ( 2 )**

- **Knijpen**
- **Rugdekking**
- **Voorkom de voorzet**
- **Ga ook de duels in de lucht aan!!**
- **De eerste taak is verdedigen**
- **Geef geen ruimte we**

**TIJD CONCENTRATIE**

# **BALBEZIT TEGENSTANDER**

## **Middenveld ( 1 )**

- **Omschakeling moet snel zijn**
- **Eerst in positie / dan pas uitrusten**
- **De gevaarlijkste man pakken**
- **Niet happen / tijd winnen**

**Houd ze verdedigend bij de les**  
**....Dus: Luisteren allemaal!!**

# **BALBEZIT TEGENSTANDER**

## **Middenveld ( 2 )**

- **Is er iemand weg, dan de positie overnemen ( doorschuiven )**
- **Geen ruimte weggeven**
- **Knijpen / Kantelen / Doorschuiven**

**Ruimtes klein maken**

# **BALBEZIT TEGENSTANDER**

## **Aanval**

- **De omschakeling moet altijd snel zijn**
- **Direct na balverlies weer meedoen**
- **Door afjagen voorkom je de counter**
- **Laat de zwakste man aanspelen =>  
dan afjagen**

**De aanvallers zijn de eerste verdedigers!!**

# **BALBEZIT TEGENSTANDER Aanval**

**Laat je tegenstander niet  
voetballen!**

**iedereen doet mee!!!!**

# Hoekschoppen "aanvallend"

## Bezetting

- Voor de keeper:
- Koppers:
- 16 meter:
- Afvallende bal:
- Achterin:

# Hoekschoppen "verdedigend"

## Bezetting

- Doelpalen:
- Mandekking:
- Ondersteuning:
- 16 meter:
- Voorin:

# Vrije bal "aanvallend"

## Bezetting

- **Indraaiend van links:**
- **Indraaiend van rechts:**
- **Koppers:**
- **Afvallende bal:**
- **Achterin:**
- **Strafschop nemer**

# Vrije bal "verdedigend"

## Bezetting

- Muur
- Mandekking
- Voorin

# TEAM / PERSOONLIJK

## ACCEPTATIE

- Scheidsrechter
- Medespelers
- **HOUD ELKAAR SCHERP**
- **POSITIEF COACHEN**

# BALBEZIT ALGEMEEN

- **Via de opbouw**
- **Hoge balsnelheid**
- **Diep gaan voor breed**
- **Pak de rust aan de bal**
- **Zuinig zijn op balbezit**
- **Tegen de middellijn aan**

**CONCENTRATIE!!!**

# BALBEZIT KEEPER

- **ALTIJD AANSPEELBAAR ZIJN.**

**GEEN RISICO DAN RUIMEN!!!!!!**

# BALBEZIT VERDEDIGING ( 1 )

- **Vleugelverdedigers**
  - **Breeduit ( naar de zijlijn )**
  - **Pak het juiste moment van opkomen**
  - **Verdedigen is jullie eerste taak**
  - **Rust in opbouw**

# BALBEZIT VERDEDIGING ( 2 )

- **Centrale verdedigers**
  - **Uit elkaar ( punt 16m )**
  - **Zit het vast / de bal eruit / andere kant op spelen**
  - **Zuinig zijn op balbezit**

**Hoge balsnelheid // strak inspelen**  
**houd het tempo hoog**

# BALBEZIT MIDDENVELD

- **Buitenste middenvelders**
  - **Houd het veld breed**
  - **Zit het aan de ene kant vast // de bal eruit halen en aan de andere kant openen**
  - **Niet gaan lopen met de bal!!!**  
**-----inspelen-----**

**DE VOORZET MOET GOED ZIJN!**

# BALBEZIT AANVAL

- Keeper aan de bal - - sta op scherp ( beweging )
- Houd contact / coach elkaar
- Vragen is spelen
- Niet altijd de actie willen maken
- Denk aan balbezit

**Op de juiste momenten:**

**De actie maken en ..... SCOREN!!!!!!**

# TEAM / PERSOONLIJK

- **ACCEPTATIE**
  - Scheidsrechter
  - Medespelers
- **HOUDT ELKAAR SCHERP**
- **POSITIEF COACHEN**

**INSTELLING  
&  
CONCENTRATIE**

**100 % tot eindsignaal**

**DE BASIS VOOR SUCCES**