



WdR-651.

Soort oefening: Aanvallen.

Accent: Aanvalsopbouw.

B slaat de bal naar C, C passt naar A en A geeft een set-up naar B en de oefening begint opnieuw.

Probeer rally's te spelen.

Ik heb de aanvalsopbouw bewust aan 1 kant van het net gehouden, zodat aan beide zijden deze oefening uitgevoerd kan worden.

Afhankelijk van het aantal spelers dat je tot beschikking hebt kun je kiezen voor meerdere passers achter elkaar, of meerdere aanvallers. Je kunt ook kiezen om alle spelers een set-up te laten geven. Dat heb ik bij deze oefening niet gedaan.

Wanneer je de oefening wilt verzwaren voor de spelverdelers, (de A-spelers), kun je hen laten penetreren van bijvoorbeeld vanaf positie 4, dus bij speler B te laten beginnen.

