



[DOORDEBENEN.NL](http://DOORDEBENEN.NL)

# Passtechniek leren

- **Maak drietallen. Zet pionnen 10-15 meter uit elkaar per drietal**
- **De speler in het midden gaat 30-45 seconden (trainer houdt de tijd bij) heen en weer lopen tussen de pionnetjes zonder bal**
- **Als de speler in het midden dicht bij een pionnetje is speelt de speler de bal naar de speler en die kaatst de bal terug. Nu loopt hij naar het andere pionnetje waar hij de bal van de andere speler ontvangt. Die kaatst hij ook terug**
- **Als de tijd voorbij is draaien de spelers door en komt er een andere speler in het midden**
- **Als de drie spelers geweest zijn gaat de eerste speler weer maar nu gooien de spelers de bal en speelt hij de bal door de lucht terug, de volgende ronde kopt de speler de bal, de volgende ronde neemt hij de bal op de borst aan en speelt de bal door de lucht terug etc.**

