

## **Wat heeft Meisjes D7 deze week geleerd? (deel 1)**

*MD7 is een team met 15 enthousiaste meiden. Om dat stelletje goed te kunnen begeleiden hebben ze maar liefst 3 coaches en 2 trainers. Iedere week leren de speelsters weer iets nieuws. Wat hebben zij deze week geleerd?*



Illustraties: Roy Korpel  
Tekst: Remco Hartgers

## TACTIEK BESPREKEN



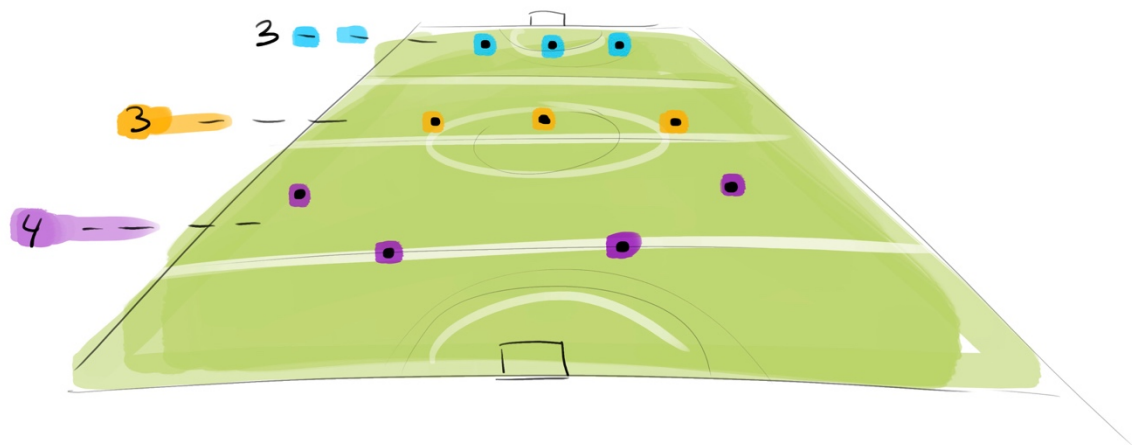
Het is leuk om met elkaar te spelen, net als thuis. Maar als iedereen met ander speelgoed gaat spelen, wordt het een zootje. Wij moeten dus eerst afspraken maken, hoe wij samen gaan spelen. In hockeytermen heet dat: de tactiek bespreken.

## WEES EVEN STIL



De coaches hebben hun huiswerk gedaan. De spelers zitten in een kring. Iedereen kijkt naar de coach die uitleg geeft en is even stil. Gelukkig hebben de coaches altijd een magneetbordje bij zich, waarop ze de tactiek uitleggen. Zo kan iedereen niet alleen horen, maar ook zien wat de coaches bedoelen.

## 4 - 3 - 3 OPSTELLING



MD7 speelt met een keeper en 10 spelers. Om ze goed te verdelen over het veld, maken de coaches een opstelling, waarbij iedereen een taak heeft tijdens de wedstrijd. De coaches verdelen de spelers over 3 linies. Voor de keeper staan 4 verdedigers opgesteld. Die zorgen ervoor dat de tegenstander niet kan scoren. Als zij de bal hebben afgepakt, spelen zij het middenveld aan. De 3 middenvelders spelen de bal vervolgens naar de 3 voorhoedespelers, die in de cirkel op doel slaan en scoren.

Wat is hockey toch een gemakkelijk spelletje!!