

# Passoefening van: Gijs Ronnes

Coach Heren Beachvolleybal Team Nederland

## Beachvolleybal

10+



### Doel

Pass beweging: het begeleiden en sturen van de bal door gebruik van lichaam en armen.



### Organisatie

- 2 Beachvolleyballen
- Basket/mand



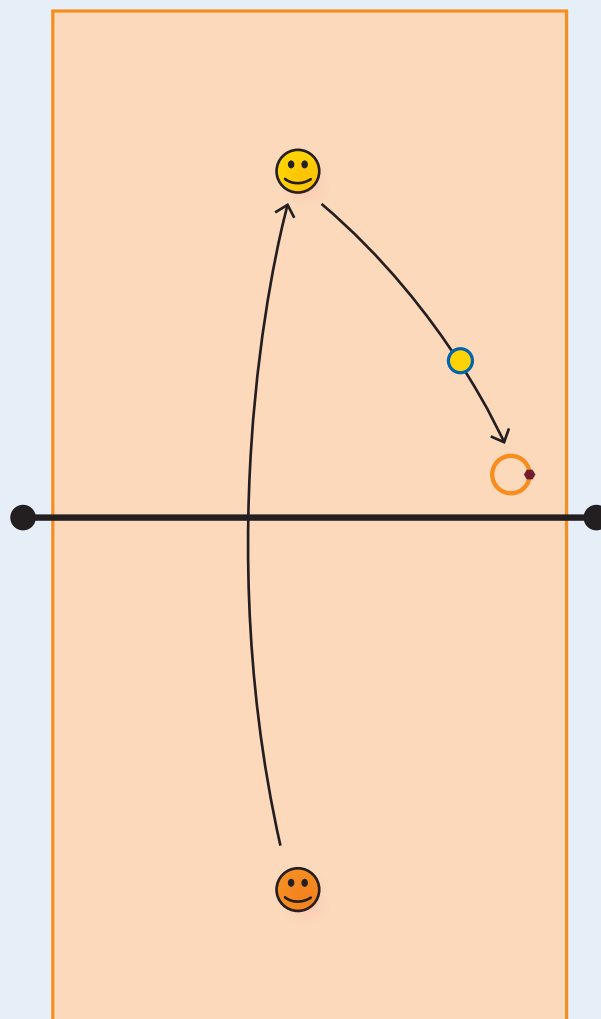
### Opdracht

Pass de ballen in de basket/mand, de coach serveert de ballen. De speler met de meeste punten in de basket/mand wint.



### Spelregels/ variaties

Startpositie 3 meter achter het net. Coach serveert diep. De speler maakt een pass beweging naar de bal. Startpositie op de baseline. Coach serveert kort. De speler maakt een pass beweging naar de bal. Startpositie op de zijlijn Coach serveert in het midden. De speler maakt een pass beweging naar de bal. Startpositie in het midden. Coach serveert op de zijlijn. De speler maakt een pass beweging naar de bal.



### Aanpassingen

- Serveer makkelijker
- Startpositie dichterbij zodat er minder bewogen wordt.
- + Serveer moeilijker
- + Startpositie verder weg zodat er meer bewogen wordt.