

muurtje klop



Doelspelen en terugslagspelen

Lesverloop

De sporters spelen het spel Muurtje Klop. De eerste speler begint en slaat met zijn vuist tegen de bal. De bal moet eerst de grond raken en daarna de muur. Vervolgens staat de volgende speler klaar om de bal op dezelfde manier terug te slaan.

De bal mag telkens slechts één keer de grond en één keer de muur raken. Raakt hij vaker de grond of muur, dan valt de speler uit. Hij kan het spel individueel spelen of met een sporter van een ander groepje dat is uitgevallen.

Organisatie & materiaal

Groepen van 4-5 sporters, voor een muur.
 1 sporter heeft een bal.

Ballen | Vlakke muur

Variatie of uitbreiding

- elke sporter oefent individueel met een bal tegen de muur. De bal moet eerst de grond raken, daarna de muur.
- Per 2: De sporters stoten de bal naar elkaar. De bal mag maar 1 maal botsen.



bekijk de video op
 @multiminuten

