

Hallo lieve Kangoeroes en Spookies – 6

Wat een leuke training hadden we afgelopen zaterdagochtend van onze gasttrainer Alwin (de vader van Levi)! Ondanks dat er een paar kinderen niet bij konden zijn, waren we toch met z'n elfen, omdat er 2 nieuwe meisjes mee kwamen trainen om te zien of ze het korfballen leuk vinden; Nora en Maud.

Zij deden al heel goed en enthousiast mee en hadden het zo te zien erg naar hun zin. En ook Gijs was weer van de partij en gaat zijn grote zus achterna door ook bij Avanti te komen korfballen! Welkom Gijs!

We begonnen de training met het kat en muis-spel. De katten moesten proberen de staarten van de muizen te pakken, wat soms best lastig was. Want wat is de beste manier voor de muizen om ervoor te zorgen dat de kat je staart niet kan pakken? Met je neus naar de kat blijven staan en meedraaien als de kat je staart probeert te grijpen!

Hierna deden we in groepjes het spel: "Hoofd, schouder, knie en bal".

Alwin noemde iedere keer één van deze lichaamsdelen (net als bij het liedje "Hoofd, schouders, knie en teen") en bij het noemen van het lichaamsdeel moest je deze aanraken. Maar werd er "BAL" geroepen, dan moest je proberen zo snel mogelijk de bal van de grond te pakken, voordat iemand anders 'm had. Dan werd er met de bal overgegooid en mocht je schieten op de korf. Er werden al een heleboel doelpunten gemaakt; knap hoor! Voor ieder doelpunt mocht er een dopje worden gepakt en deze dopjes werden gebruikt bij de schotoefening die erna kwam.

Bij de verschillende korven werden de dopjes eromheen neergelegd in een grote cirkel. Er werden drie groepjes gemaakt en bij iedere korf werd er door de kinderen vanaf de

dopjes geschoten op de korf. Ging de bal erin, dan mocht het dopje weg bij de korf. Het groepje dat als eerste alle dopjes weggeschoten had, won het spel.

De winnaars van dit spel waren Romy, Maud, Nora en Sara. Goed gedaan!

Hierna volgde een reactieoefening. De groep werd in tweeën gedeeld en er stond bij beide groepen een aanvaller in het midden van de cirkel met pionnen. Bij iedere pion stond een kind, maar één pion was vrij. De aanvaller moest proberen de vrije pion aan te tikken, terwijl de andere kinderen (de verdedigers) dat probeerden te voorkomen door er snel voor te gaan staan.

Tot slot nog een partijtje met maar liefst vier korven en na wat oefenen kwamen er ook nog eens twee ballen in het spel. En helemaal aan het eind van de training moest ieder kind nog één keer scoren, voordat de training echt afgelopen was.

Onder luide aanmoediging en applaus voor ook de laatste schutter, had iedereen een doelpunt gemaakt. Heel knap gedaan!

Alwin bedankt voor de leerzame training en volgende week gaan we er weer een hele leuke training van maken met onze eigen trainsters Mies, Robin, Amy en Mandy. Zij zullen zich binnenkort op de site even aan iedereen voorstellen.

Tot zaterdag weer en groetjes!