

# Hallo lieve Spookies – 86

Vandaag was de laatste training voor de kerstvakantie en alle feestdagen. Bij de jongste Spookies waren 7 kinderen, dus een klein groepje. We hebben dit keer met de jongste Spookies alle stationnetjes gedaan met het groepje.

We hadden weer 3 stationnetjes en begonnen met de oefening pionnenroof. We gingen in 2-tallen werken en 1 van het tweetal moest dan snel de pion pakken en de ander moest zodra de pion werd gepakt snel diegene tikken. Florine kon snel tikken en Jalou pakte ook heel snel elke keer de pion.

Bij de 2e oefening gingen we weer verdedigen en aanvallen. We hebben ze geleerd dat je altijd met je billen naar de korf moet staan om je tegenstander te verdedigen en goed je tegenstander moet volgen.

Evi ging zelfs acties maken om vrij te komen en Noa wilde zelfs tegen een trainer gaan aanvallen en verdedigen.

Aan het einde van deze oefening gingen we met de hele groep tegen de trainsters.

Eerst moesten de trainers verdedigen en iedereen maakte het ze lastig; ze wisten heel goed aan te vallen en de bal te pakken om te schieten. Toen de trainers mochten aanvallen maakten de kinderen het ons erg moeilijk. Ze bleven goed met hun billen naar de korf en volgden ons goed.

De laatste oefening was het spel waarbij we leren hoe je jezelf moet aanbieden en waar je kan staan. We hadden 4 matten en 3 kinderen die erop stonden. Je moest ten alle tijden de bal door kunnen passen aan beide kanten. Liz wist heel goed hoe dit werkte en vulde elke keer heel snel de lege mat op.

Als afsluiting gingen we medaille schieten. We hadden ook een wat grotere korf neergezet voor meer uitdaging. Bodhi en Ties

probeerden op die grote korf te schieten en er werden zeker wat goals gemaakt.

Bij de oudste Spookies begonnen ze met schieten waarbij ze met de diertjes naar de overkant van de ladder moesten. Daarna hebben ze een parcours gedaan waarbij ze met de bal stuiterend door het parcours moesten. Daarna moesten ze overgooien naar de overkant en je zag dat iedereen hierin steeds beter wordt.

Boaz, Philip en Mats waren goed aan het oefenen met schieten, waarbij Mats nog had gescoord op de hoge paal aan het eind van de training.

Voor nu wensen we iedereen hele fijne feestdagen en een gelukkig en sportief 2026.

We zien elkaar weer op de eerste training in het nieuwe jaar op zaterdag 10 januari.

Tot dan!