

Hallo lieve Spookies – 96

Afgelopen zaterdag was onze laatste training voor de meivakantie; lekker in het zonnetje met een heleboel Spookies op het veld. Vera kwam kijken of ze het korfbal leuk vindt en deed gezellig mee met onze training. Na een gezamenlijke warming up met alle kinderen werd de groep in tweeën gesplitst.

De jongte Spookies begonnen met een spel waarbij ze dopjes moesten verzamelen die over het veld verspreid lagen. De ene helft van de groep moest de dopjes zo snel mogelijk naar de blauwe korf brengen die op de grond lag en de andere groep naar de rode korf. Je moest dus hard rennen en mocht iedere keer maar 1 dopje tegelijk meenemen. Er werd flink gerend, dus iedereen werd goed warm.

De oefening hierna was er eentje waarbij het verdedigen geoefend werd. De bal werd door de trainsters weggegooid en één kind moest dan de bal halen, terwijl een ander Spookie moest verdedigen. Eenmaal bij de korf aangekomen werd er dan geschoten.

Bij deze oefening viel het op dat Florine al heel goed kon verdedigen en dat Maeve al goed met 1 hand gooide. Knap hoor!

Na deze oefening werd er nog in twee stationnetjes gewerkt. Bij de ene werd er een parcours gelopen en bij de andere gingen de kinderen medaille schieten en daarbij werd er goed gelet op de techniek van de kinderen, zodat ze straks allemaal mooi en goed kunnen schieten.

Bij de oudsten werden er na de warming-up 3 stationnetjes gemaakt. Bij de eerste moesten de kinderen met de bal door de hoepels gooien die aan een touw tussen twee palen hingen. Daarbij moesten ze bij 3x goed overgooien spullen verzamelen en aan het eind werd er gekeken wie de meeste spullen had.

Bij het 2^e station maakten de kinderen steeds schijnbewegingen (links-rechts-links) en als ze dan de bal kregen, mochten ze schieten. Die schijnbewegingen leren we omdat je in een wedstrijdje ook moet proberen vrij te lopen, dus dit was een goede oefening hiervoor.

Bij het laatste station werden de kinderen in tweetallen verdeeld. De trainster rolde de bal weg en dan moest het tweetal rennen en kijken wie er het snelst was en als eerste de bal te pakken had.

De oudsten eindigden hun training met een partijtje in twee groepen.

Bij de ene groep hadden Manou en Kate allebei gescoord en bij de andere groep was het Boris die wist te scoren. Maar ook de andere kinderen deden goed mee. Super!

De komende twee weken is er geen training in verband met de meivakantie en op zaterdag 9 mei zien we de meesten van jullie weer bij de training.

Hieronder de planning voor de Spookies tot aan de zomervakantie:

25 april: meivakantie – geen training

2 mei: meivakantie – geen training

9 mei: training

16 mei: mini-toernooitje bij Fortuna voor Mats, Philip, Jada, Dean, Ruben, Esmée, Manou, Boris, Eva, Jipp, Roos en training voor alle andere kids

23 mei: training

30 mei: training

6 juni: training

13 juni: ouder-kind training, pannenkoekenfeestje en afscheid Spookies

20 juni: Familyday Avanti voor ouders/volwassenen (geen training voor de kinderen)

27 juni: spelletjesinstuif kleuters/Spookies in de ochtend
tijdens schoolkorfbaltoernooi

Fijne vakantie allemaal!