

## **Doorloopbal<sub>1</sub>**

### **Beginhouding:**

- De speler loopt aan richting korf
- De armen zijn licht gebogen en reiken uit naar de bal

### **Verloop:**

- De speler vangt de bal in zweeffase
- Er mogen nu nog twee vlotte passen gezet worden: de eerste pas is iets groter om af te remmen, de laatste, kleinere pas is de afstoot.
- De armen zwaaien opwaarts.
- Het lichaam wordt volledig gestrekt, enkel het zwaaibeen hangt in een hoek van +/- 90°.
- De bal wordt op het hoogste punt gelost.

### **Foutenanalyse:**

- De speler zet een stap teveel (loopfout).
- De speler zet een stap te weinig, de beweging opwaartse beweging wordt ongecontroleerd.
- De bal wordt niet lang genoeg begeleid.
- De laatste pas is te groot waardoor de opwaartse beweging te beperkt is.

### **Afbeelding:**



## Terug

1 Gebaseerd op : Korfbalinitiatie op school, Verbist H. en De Rudder D.