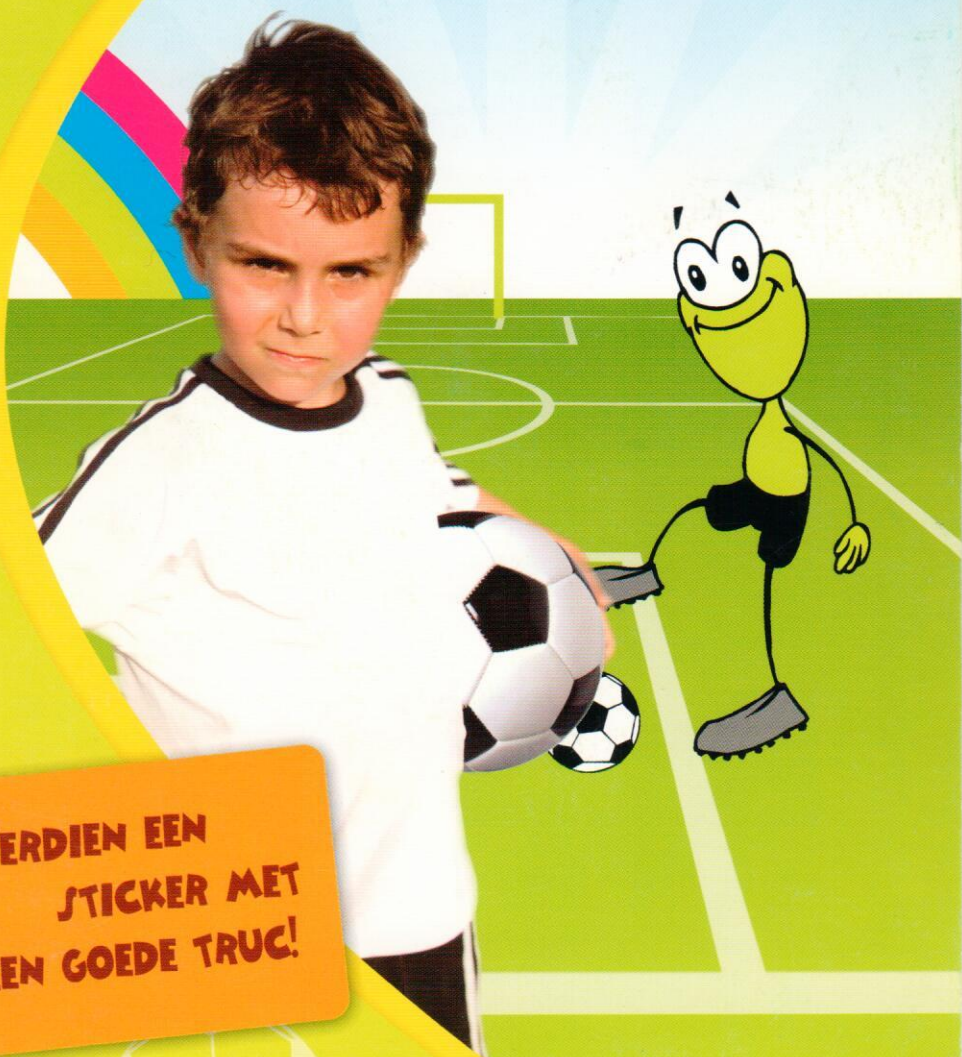


KIRBY DE VOETBALKIKKER



**VERDIEN EEN
STICKER MET
EEN GOEDE TRUC!**



Hoi TOPPER!

Hoi Topper!

Je bent nu in het bezit van je eigen Kirby de voetbalkikker stickerboek. Met dit stickerboek kun je tijdens trainingen en wedstrijden stickers verdienen met het leren en doen van de voetbaltechniek.

Een rode sticker krijg je als je de beweging voor het eerst hebt geleerd.

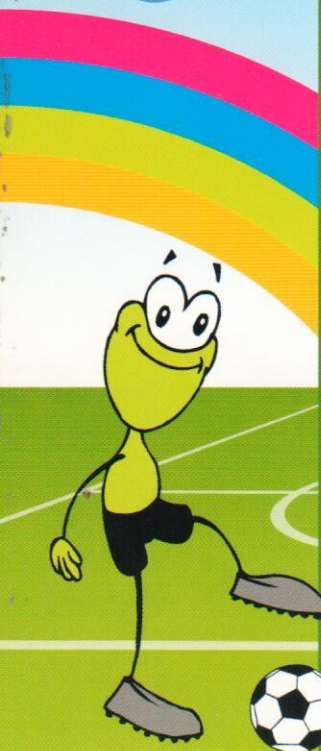
Als je thuis of met vriendjes ook nog hebt geoefend en deze beweging op de training kan laten zien, krijg je een oranje sticker.

Ken je de techniek al zo goed, dat je hem in een wedstrijd hebt gedaan, dat is natuurlijk helemaal super, dan krijg je een groene sticker.

Op deze wijze ga jij het hele Kirby stickerboek vol sparen. Het is de bedoeling dat Kirby je gaat helpen om een nog betere voetballer te worden.

Neem je stickerboek mee naar iedere training, want dan worden de stickers geplakt!

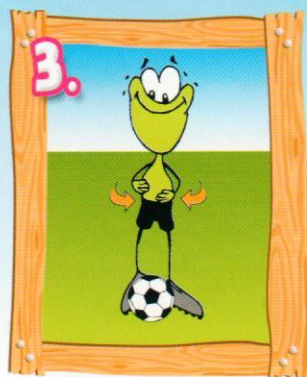
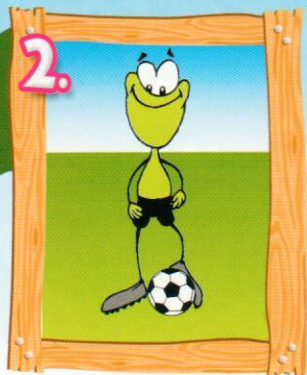
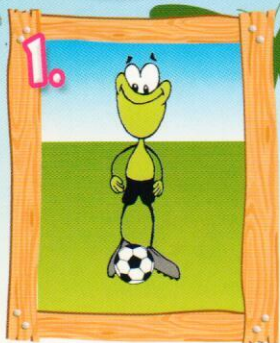
Veel succes en vooral héél veel plezier!





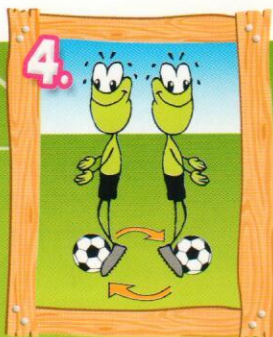
TRUC 1

SNEL VOETENWERK



HOE MOET HET?

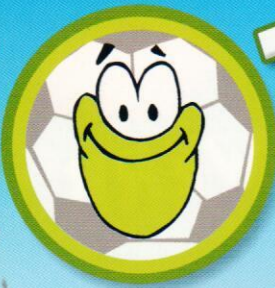
Speel de bal tussen je voeten van je ene naar je andere voet (met binnenkant van de voorvoet). Doe dit 10x achter elkaar, zonder te stoppen. Trek je knieën hierbij goed op. Doe dit zo snel mogelijk. Je blijft op dezelfde plek staan. Als je dit een beetje kan, speel je de bal weer van je ene naar je andere voet en draai je steeds een half rondje. Zorg dat je knieën een beetje gebogen zijn en dat je op je voorvoeten beweegt. Ook moeten je armen een beetje gebogen zijn.



PLAK HIER
JE STICKER!

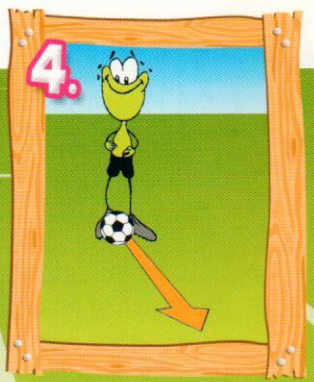
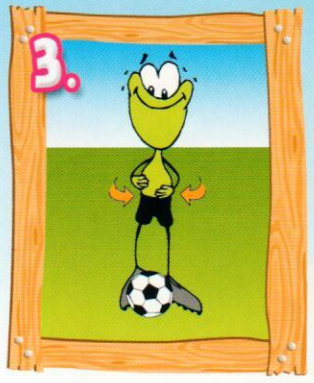
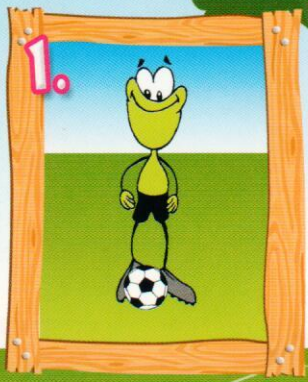
PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



TRUC 2

SNEL VOETENWERK VOORWAARTS



HOE MOET HET?
Speel de bal weer van je ene naar je andere voet (Truc 1) en beweeg nu in voorwaartse richting. Zorg dat je knieën weer een beetje gebogen zijn en dat je op je voorvoeten beweegt. Je armen zijn ook een beetje gebogen.





TRUC 3

SNEL VOETENWERK

ACHTERWAARTS



1.



HOE MOET HET?

Speel de bal weer van je ene naar je andere voet (Truc 1) en beweeg nu in achterwaartse richting. Zorg dat je knieën weer een beetje gebogen zijn en dat je op je voorvoeten beweegt. Je armen zijn ook een beetje gebogen.

2.



3.



4.



PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

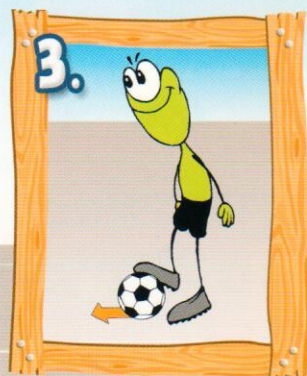
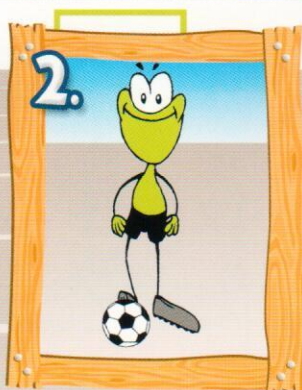
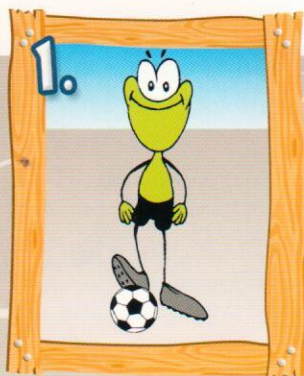


TRUC 4

DE HAAL-TERUG BINNENKANT

HOE MOET HET?

1. De bal ligt voor je. 2. Haal de bal met je voetzool terug onder je lichaam. 3. Draai je lichaam terwijl je de bal in zijwaartse richting meeneemt met de binnenkant van je voet. Je moet op je voorvoet staan om goed te kunnen draaien.



PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



TRUC 5

DE HAAL-TERUG BUITENKANT



1.



HOE MOET HET?

1. De bal ligt voor je. 2. Haal de bal met je voetzool terug onder je lichaam. 3. Neem de bal met de buitenkant van dezelfde voet mee in zijwaartse richting. Je moet op je voorvoet staan om goed te kunnen draaien.

2.



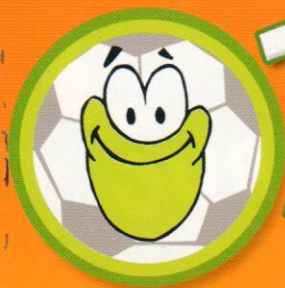
3.



PLAK HIER
JE STICKER!

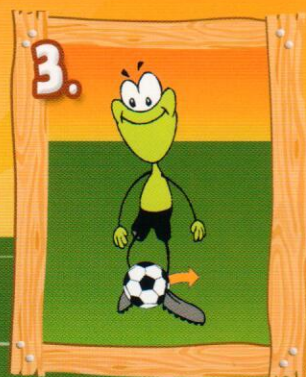
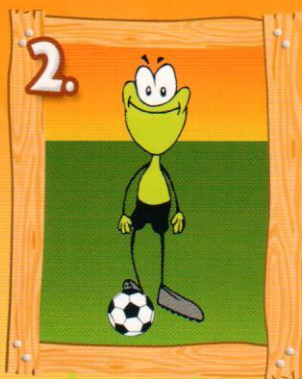
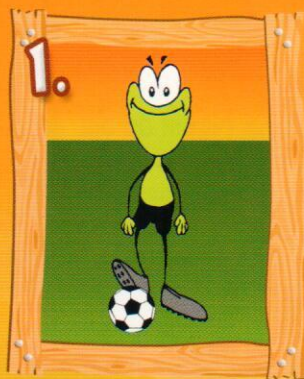
PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



TRUC 6

ACHTER HET STANDBEEN LANGS



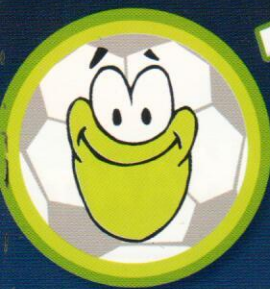
HOE MOET HET?

1. De bal ligt voor je. 2. Haal de bal met de voetzool terug onder je lichaam tot achter het standbeen.
3. Tik de bal met de binnenkant van je voet in zijwaartse richting achter je standbeen langs.

PLAK HIER
JE STICKER!

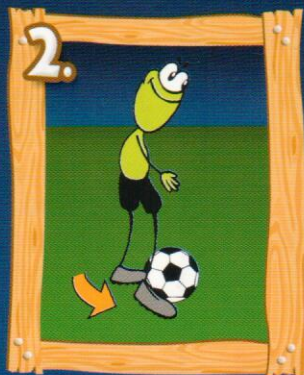
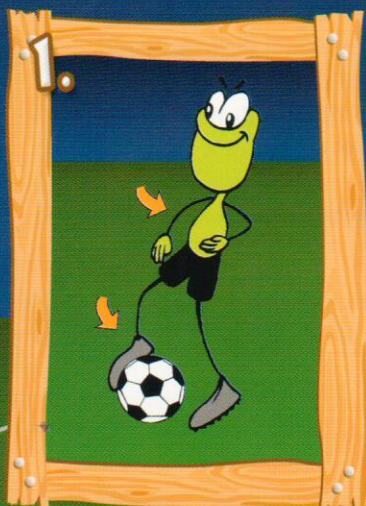
PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



TRUC 7

KAPPEN BINNENKANT



HOE MOET HET?

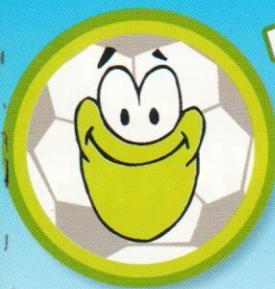
Je dribbelt met de bal.

1. Je plaatst de binnenkant van je voet voorbij de bal.
2. Je draait je lichaam om de bal heen.
3. Met de binnenkant van je voet neem je de bal in de andere richting mee.

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



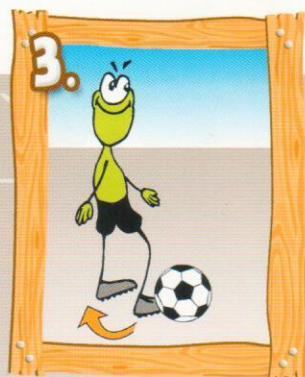
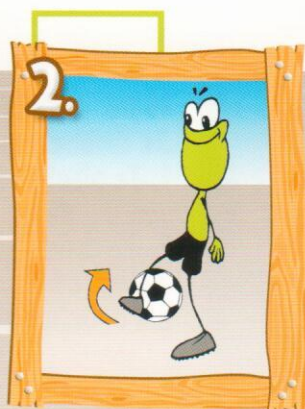
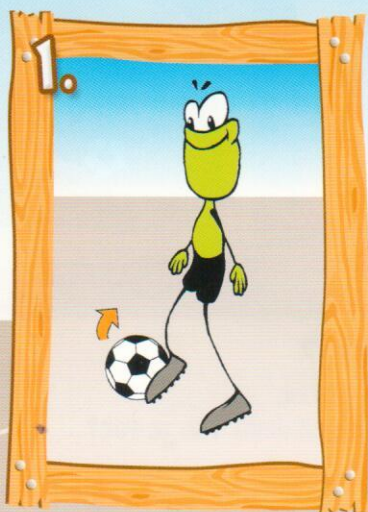
TRUC 8

KAPPEN BUITENKANT

HOE MOET HET?

Je dribbelt met de bal.

1. Je plaatst de buitenkant van je voet over en voorbij de bal.
2. Je draait je lichaam met gebogen knieën om de bal heen.
3. Met de buitenkant van je voet neem je de bal in de andere richting mee.



PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

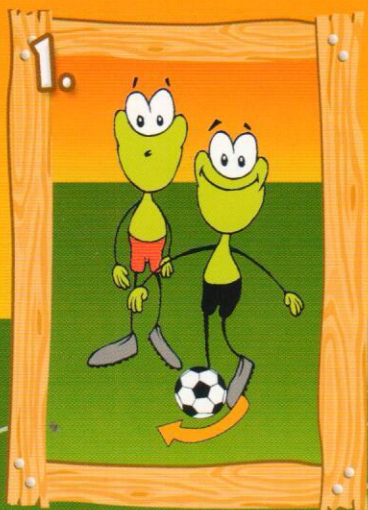


TRUC 9

DE OVERSTAP (STEPOVER)

HOE MOET HET?

1. Stap met je voet voor je lichaam langs over de bal heen. 2. Draai je lichaam om in de richting van de bal. Je moet op je voorvoet staan om goed te kunnen draaien. 3. Neem de bal vervolgens met de binnenkant van de andere voet mee. Met de buitenkant van dezelfde voet meenemen kan ook.



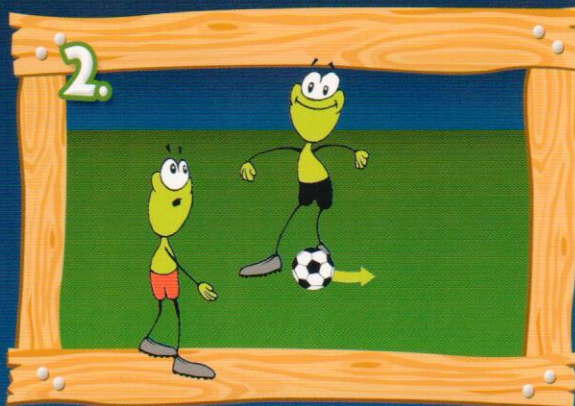
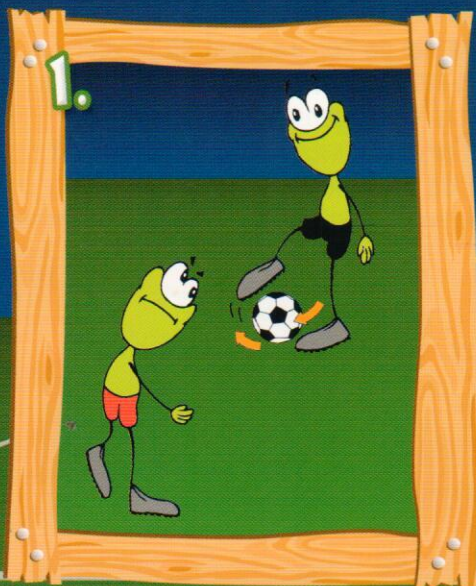
PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



TRUC 10 DE SCHAAR



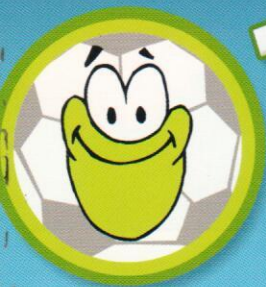
HOE MOET HET?

1. Maak met je rechtermoot een cirkel om de bal met de klok mee. De tegenstander denkt dat je naar rechts gaat.
2. Vervolgens neem je de bal met de buitenkant van je linkermoot mee.

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



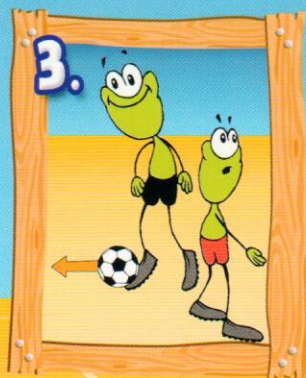
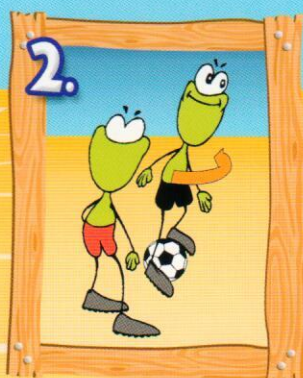
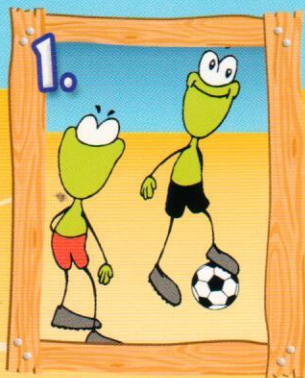
TRUC 11

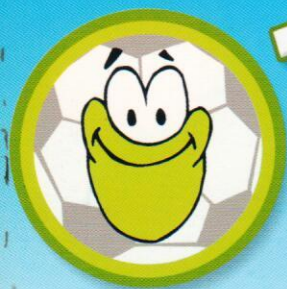
TIP TOP



HOE MOET HET?

1. Stop de bal met je voorvoet en zet deze voorbij de bal en draai je lichaam over de bal heen. Je moet op je voorvoet staan om goed te kunnen draaien. 2. Trek met de voorvoet van je andere voet de bal naar je toe. 3. Draai door in dezelfde richting met de bal rollend onder je voorvoet.





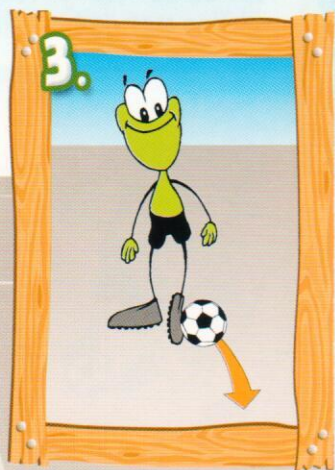
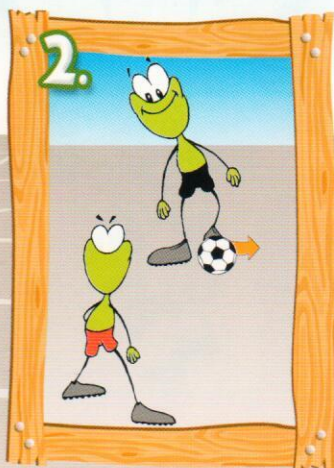
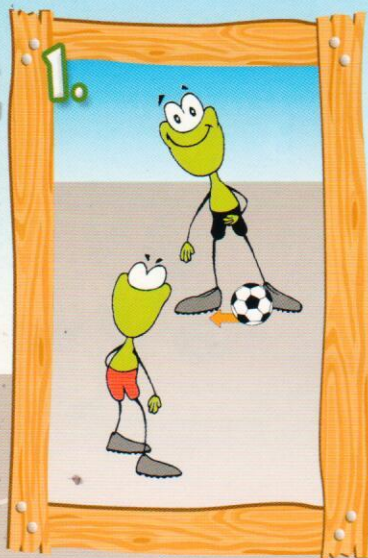
TRUC 12

DE ZIJSTAP



HOE MOET HET?

Je dribbelt met de bal aan je linkervoet. 1. Je zakt diep door je rechterknie en laat je rechterschouder zakken. De tegenstander denkt dat je nu naar rechts gaat. 2. Je zet goed af met je rechtervoet. 3. Vervolgens neem je de bal met de buitenkant van je linkervoet mee.



PLAK HIER
JE STICKER!

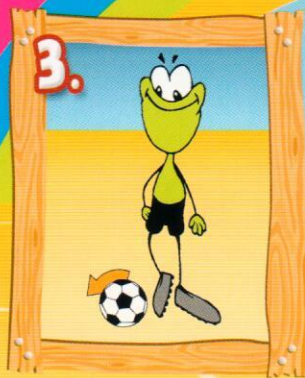
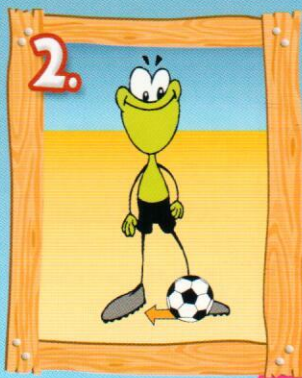
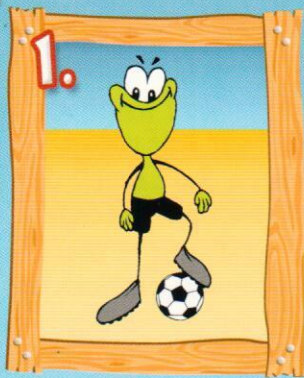
PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



TRUC 13

ZIJWAARTSE FOP



HOE MOET HET?

1. Je rolt de bal met je voetzool (voorvoet) zijwaarts van binnen naar buiten. 2. Je zet deze voet naast de bal en speelt de bal met de binnenkant van deze voet voor je lichaam langs naar je andere voet. 3. Neem de bal met de buitenkant van je voet mee in zijwaartse richting.

PLAK HIER
JE STICKER!

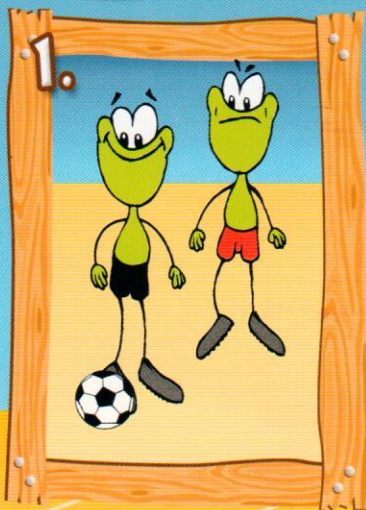
PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



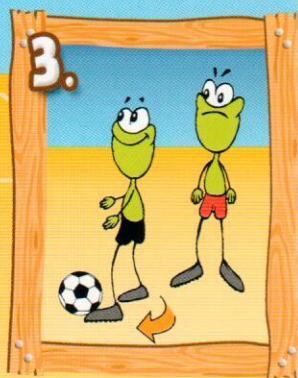
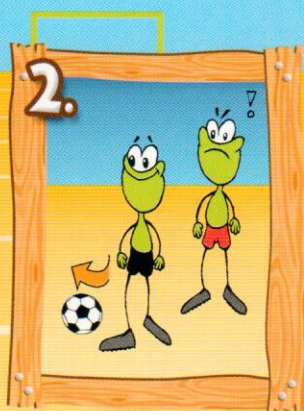
TRUC 14

WEGDRAAIEN BUITENWAARTS



HOE MOET HET?

1. Je kapt de bal met de buitenkant van je voet voor je lichaam. 2. Je draait een half rondje met je lichaam om de bal heen. 3. Je speelt de bal met de buitenkant van je voet in een andere richting.



PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!



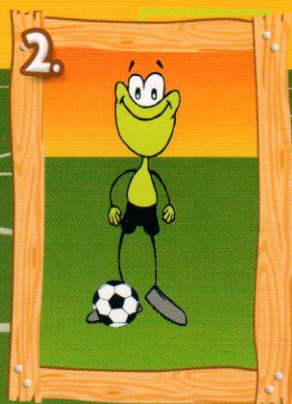
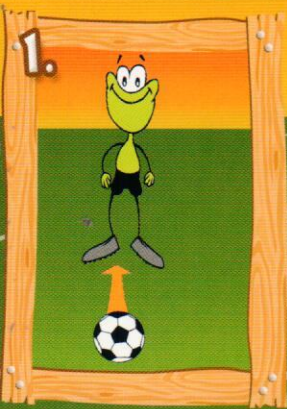
TRUC 15

BAL AANNAME OP DE PLAATS

HOE MOET HET?

Als je eerst de bal aanneemt is het makkelijker om weer een pass te geven. Je kunt dan beter richten. Ook zorgt een goede balaanname ervoor dat je makkelijker een goede actie kunt maken.

Zorg dat je standbeen in de knie een beetje gebogen is en je bovenlichaam iets gebogen is. Je armen zijn een beetje gebogen en naast het lichaam om balans te geven. Je staat op één been (je standbeen). Met je andere voet neem je de bal aan. Je voet wijst met de tenen omhoog en staat niet op de grond. Je beweegt de voet een beetje met de bal mee om de bal af te remmen. Als de bal vlak voor je voet stil ligt, zet je de voet pas op de grond.



PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

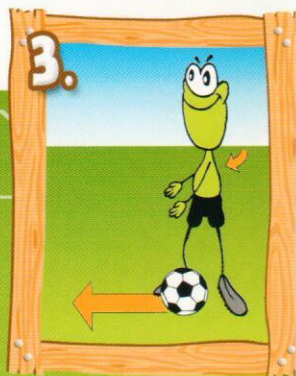
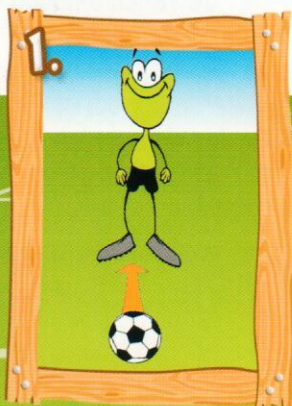


TRUC 16

WEGDRAAIEN IN DE BALAANNAME

HOE MOET HET?

Je krijgt de bal door een medespeler aangespeeld. Je staat op je voorvoet en draait je lichaam in de richting waar je naar toe wilt. Zorg dat je standbeen in de knie een beetje gebogen is en je bovenlichaam iets gebogen is. Je armen zijn een beetje gebogen en naast het lichaam om balans te geven. Je speelt de bal met de binnenkant van je voet en een klein stukje in de richting waar je hem hebben wilt.

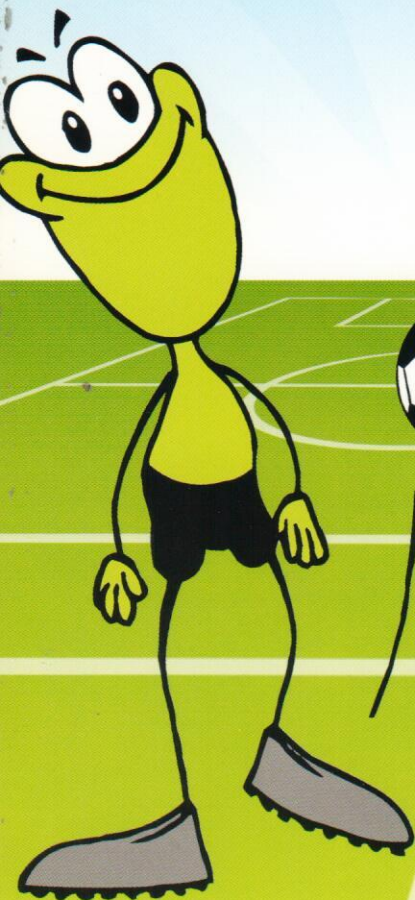
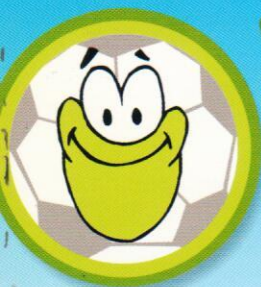


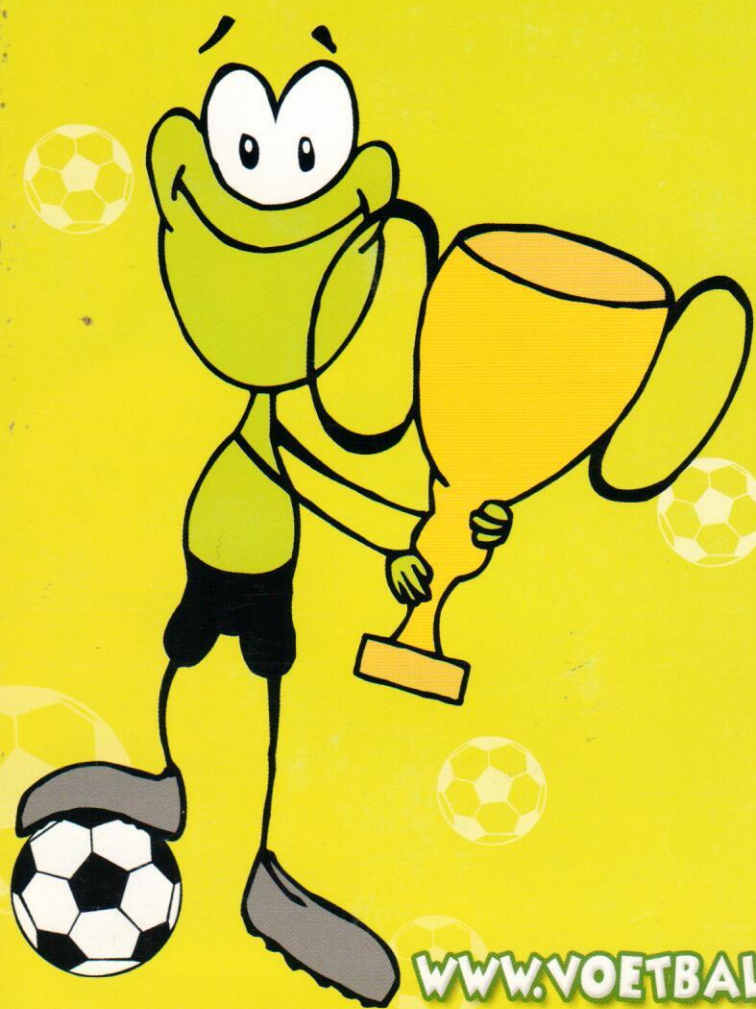
PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

PLAK HIER
JE STICKER!

HOOGHOUDEN!





WWW.VOETBALKIKKER.NL