

Mijn naam:..... Mijn team:.....

Wat wil ik over 5 maanden kunnen met de bal ?

Jongleren / de bal hoog houden *(7 minuten proberen – het beste resultaat telt)*

Mijn hoogste score in de afgelopen test was keer jongleren met mijn beste voet.

Ik wil bij de volgende test keer kunnen jongleren met mijn beste voet.

Ik kon in de afgelopen test keer jongleren met beide voeten afwisselend.

Ik wil bij de volgende test keer kunnen jongleren met beide voeten afwisselend.

Passen over de grond *(een doelpaal raken; afstand: 10 meter; 10 pogingen)*

Ik kon in de afgelopen test keer de doelpaal raken met mijn rechervoet.

Ik wil bij de volgende test keer de doelpaal kunnen raken met rechts.

Ik kon in de afgelopen test keer de doelpaal raken met mijn linkervoet.

Ik wil bij de volgende test keer de doelpaal kunnen raken met links.

Trappen *(doelpaal raken minstens 30 cm. boven de grond; afstand: 10 meter; 10 pogingen)*

Ik kon in de afgelopen test keer trappen op de doelpaal met mijn rechervoet.

Ik wil bij de volgende test keer kunnen trappen op de doelpaal met rechts.

Ik kon in de afgelopen test keer trappen op de doelpaal met mijn linkervoet.

Ik wil bij de volgende test keer kunnen trappen op de doelpaal met links.