

Lange termijn leerlijn bovenhands spelen

- Handzetting
- Opduwen
- Vang-setup
- Frontaal bovenhands spelen
- Frontaal doorspelen
- Evenwijdig spelen aan het net
- Bovenhands spelen in scherpe hoeken
- Bovenhands spelen in grote hoeken
- Bovenhands spelen na verplaatsen
- Richten
- Kort en lang spelen
- In drieën spelen
- In tweeën spelen
- Bovenhands spelen in sprong
- Bovenhands spelen in sprong, na verplaatsing
- Achterwaarts bovenhands spelen
- Achterwaarts bovenhands in hoeken spelen
- Achterwaarts bovenhands vanuit sprong