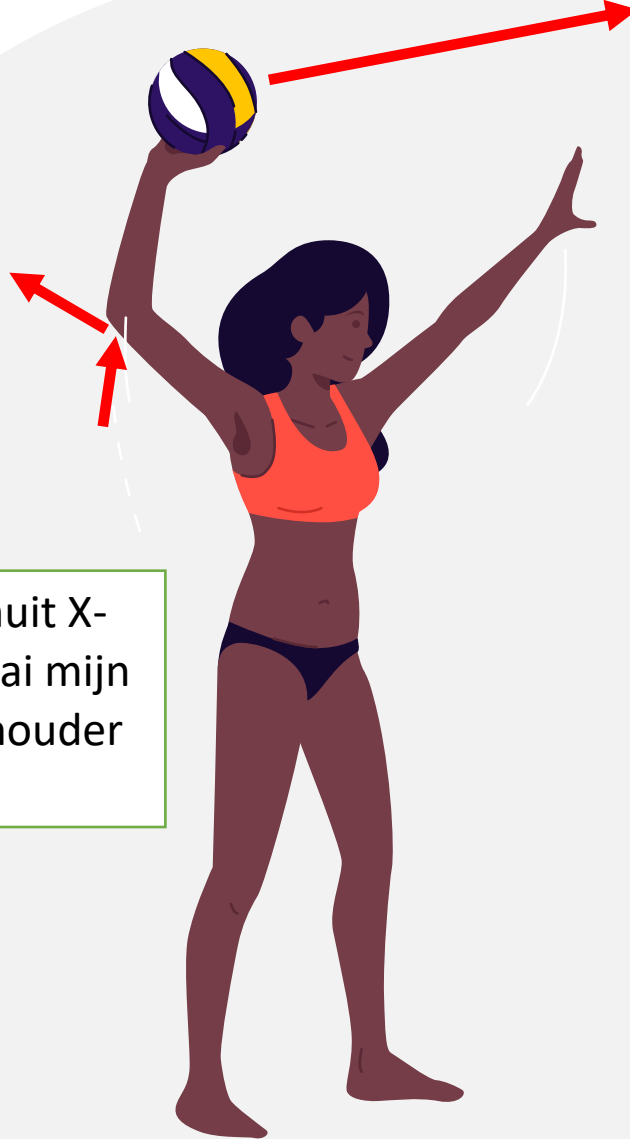


SLAGWORP

Ik breng mijn arm naar achteren met een hoge

Ik werp de bal hoog en voor mijn lichaam

Ik start vanuit X-vorm. Ik draai mijn heup en schouder open



SCAN ME



FOUTEN EN MOEILIKHEDEN	TIPS EN REMEDIES
De leerling opent zijn heup en romp niet voldoende.	Benadruk de gekruiste coördinatie (X-vorm). Rechtshandigen: linker voet voor.
	Benadruk de gekruiste coördinatie (X-vorm). Linkshandigen rechter voet voor.
De leerling kan niet krachtig genoeg werpen.	Benadruk dat de leerling door het openen van de heup en romp ook zijn lichaam kan gebruiken om kracht te genereren.
	Benadruk dat de elleboog van de slagarm hoog blijft gedurende de volledige beweging.
Geen gekruiste coördinatie	Benadruk dat er moet gestart worden vanuit de 'X-vorm' met de juiste voet voor.