

| | | | |
|-------------------|---|--|---|
| opdrachten | Ballon in hoes stuiten (2 spelers) + Dieter Foam bal na bots stuiten Met elkaar: Beurtelings 3 keer FH stuiten na bots Beurteling 1 keer FH stuiten na bots In kader van 3 op 2m met middenlijn. Over lijn: 4 keer lukken T gooit hindernis in vak (schijfje)... (10 spelers) + Ruben + Dieter | | rackets/ 10 foam ballen/ strips voor kader/schijfjes |
| Over en in | A werpt bal op en speelt FH over en in. B vangt tussen racket en hand. + Ruben (4 spelers) | | 1 minitennisnet + 4 rackets + 2 foam ballen |
| | A werpt over en in. B speelt FH over en in + Dieter (4 spelers) | | 1 minitennisnet + 2 foam ballen + 2 rackets |
| Toptikker | Met elkaar piramide spelen + Ruben (2 spelers) | | Piramide, 2 rackets, 2 foam ballen. |