

Spelregelkaart Cool Moves Volley



Niveau 1

Afmeting veld: 6 x 4,5 meter

Ingooien vanaf een willekeurige plek in het veld.

Je mag vangen en gooien zoals je wilt. Als de afstand tot het net te groot is, mag je eenmaal overspelen.

Nadat de bal over het net gegooid is, met de klok meedraaien.

Terug in het veld na één vangbal.

Een punt als het veld leeg is.

Fouten: Bal is uit of in het net gegooid.

Speler heeft bal laten vallen.

Lopen met de bal.

Te gebruiken bal: Trialbal

Niveau 2

Afmeting veld: 6 x 4,5 meter

Spel beginnen met onderhandse opslag, bij het team waar de bal is.

Gooien en vangen op volleybaleigen manieren. Bal direct terug gooien, niet meer overspelen.

Nadat de bal over het net gegooid is, met de klok meedraaien.

Terug in het veld na drie vangballen achter elkaar van eigen team.

Na onderhands toetsen en vangen eigen bal (of bal teamgenoot)- iedereen terug.

Een punt als het veld leeg is.

Fouten: Bal is uit of in het net gegooid/opgeslagen.

Speler heeft bal laten vallen.

Lopen met de bal.

Te gebruiken bal: Trialbal



Niveau 3

Afmeting veld: 6 x 4,5 meter

Spel beginnen met de onderhandse opslag, bij het team waar de bal is.

Bal vangen na onderarms toets van medespeler en gooien op volleybaleigen manieren.

Nadat de bal over het net gegooid is, met de klok meedraaien.

Een speler terug in het veld nadat de onderarms getoetste bal gevangen is, door medespeler.

Een punt als het veld leeg is.

Fouten: Bal is uit of wordt in net gespeeld/opgeslagen.

Onderarms getoetste bal wordt niet gevangen of is onjuist gespeeld. Onderarmse toets wordt door speler zelf gevangen terwijl er nog andere spelers in veld staan.

Lopen met de bal.

Niet op volleybaleigen manieren van gooien. Uit de nek gooien, onder de kin vandaan.

Te gebruiken bal: Mikasa MGV200 / Gala BV 5271 S of Trial

Spelregelkaart Cool Moves Volley



Afmeting veld: 6 x 4,5 meter
Onderhandse opslag vanaf een willekeurige plaats achter de achterlijn.
Het team moet de bal in drie keer spelen.

Niveau 4

De 2e bal wordt via de vanggooi of vangstoot beweging gegooid.
Gewoon doordraaien. Na drie keer achter elkaar dezelfde serveerder een plek doordraaien.
Puntentelling via rallypoint systeem.

Fouten: Lopen/omdraaien met de bal bij vanggooi of vangstoot beweging.
Te lang wachten met doorgooien van 2e bal.
Aanraken van het net tijdens spelsituatie.
Passeren van lijn onder net.
Smashen of blokkeren.
Niet vanachter de achterlijn serveren.



Te gebruiken bal: Mikasa MG200 / Gala BV 5271 S / Mikasa YV-1 (Youth)

Afmeting veld: 6 x 6 meter
Onderhandse opslag vanaf een willekeurige plaats achter de achterlijn.
Er mag niet meer worden gevangen of gegooid.

Niveau 5

In maximaal drie keer de bal volleybaltechnisch goed spelen.
Gewoon doordraaien. Na drie keer achter elkaar dezelfde serveerder een plek doordraaien.
Puntentelling via rallypoint systeem en bonuspunt voor 3 maal overspelen en de 3e bal is goed.

Fouten: Te lang balcontact (onderhands met 2 handen bal over net gooien).
Aanraken van het net.
Passeren van lijn onder net.
Bovenhands opslaan.
Niet vanachter de achterlijn serveren.

Te gebruiken bal: Mikasa MG200 / Gala BV 5271 S / Mikasa YV-1 (Youth)

Afmeting veld: 6 x 6 meter
Service vanaf willekeurige plaats achter de achterlijn, onderhands of bovenhands.

Niveau 6

In maximaal drie keer de bal spelen.
Gewoon doordraaien. Na drie keer achter elkaar dezelfde serveerder een plek doordraaien.
Puntentelling via rallypoint systeem.

Fouten: Te lang balcontact.
Aanraken van het net.
Passeren van lijn onder net.
Niet vanachter de achterlijn serveren (voetfout).



Te gebruiken bal: Mikasa MG200 / Gala BV 5271 S / Mikasa YV-1 (Youth)