|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Bijzonderheden en tips voor variatie.** | **Materiaal** |
|  | **Warming-up** |  |  |
|  | **Hoofdactiviteiten** |  |  |
|  | **Partijvormen** |  |  |