

# Naar voetbaltraining

## Met Flip de Beer

Flip de Beer gaat mee naar voetbaltraining van Maaïke en Lieke. Zou Flip ook een doelpunt scoren?

Dit zijn Lieke en Maaïke. Ze zitten op voetballen. En vandaag mag ik met ze mee.

Ze hebben speciale kleren en schoenen aangetrokken, want vandaag gaan we trainen.

Even een bal pakken.

Trainen is oefenen. Maaïke en Lieke gaan oefenen. Dan leren ze nog beter voetballen. Wow, wat kan Maaïke al goed schieten zeg!

Oh, bijna een goal!

Jongens, probeer te denken: "binnen die pionnen te blijven!" hè! Koppen.

We gaan eerst een spelletje doen. Dan worden we lekker warm. Want het is best koud buiten nu.

Tja, Maaïke en ik mogen de tikker zijn! Kom op Maaïke! We gaan ze allemaal tikken! Hup! Ja!

5, 4... Toe maar Maaïke, kom op, tikken! ...3, 2, 1... 1, 2... Ja!!!

En stop maar!

Zo, pfoe, hier ben ik best moe van geworden hoor, van al dat rennen. Nou gaan we spelen met de bal erbij. Leuk!

Hé Maaïke, kom er maar bij, kom maar helpen.

Nu mag ik weer even met Lieke meedoen, die kan het ook al heel goed.

Zo snel mogelijk terugkomen jongens hè.

Toe maar Lieke.

1, 2... Ja! Zo, moet je Maaïke zien zeg, die doet goed haar best! Ze moeten oefenen om met de bal te rennen en bij voetballen mag je de bal niet met je handen aanraken. Dat is best moei-lijk hoor!

Nu doen we een ander spelletje. Je moet proberen de kegel eraf te schieten. 1, 2... Ja, goed zo Maaïke! Nou mag ik met Lieke. Wow, bijna!

Wat een leuke spelletjes doen ze hier zeg.

De (...) heeft gewonnen! Ja, wij hebben gewonnen! Joepie!

Nou, dan lopen we allemaal deze kant heen, dat kan zonder bal. Dan gaan we daarheen. Kom maar deze kant op.

Nu gaan we weer iets anders doen. We gaan rennen! Eh, springen gaan we! Ja, rennen, hup!

Ja, nou toch weer rennen. Er zitten heel veel jongens op voetbal en dat snap ik niet, want Maaïke en Lieke zijn ook heel goed!

Daar gaan we nog een keer!

Zo, ik ben er wel moe van geworden hoor. Even uitrusten. Oh, nu moeten ze door die poortjes lopen. Dat is leuk! Dat wil ik ook wel eens keertje doen. Maaïke!

Hup Maaïke! Goed zo Maaïke! Maaïke, je kan het heel goed! Ik wil het ook graag een keer proberen! Maaïke?

Ja, en erdoorheen, ja, pak 'm vast!

Mag ik ook? Yes! Wohohoho! Woh, ho, zachtjes!

Nu gaan we echt voetballen! Een partijtje. Dan moet je proberen om een goal te maken. Oeh, met zijn drieën rennen zal wel moeilijk worden! Lieke houdt me nu weer even vast, want dan kan Maaïke beter en harder rennen. Toe maar! Kom op Maaïke!

Maaïke! Ja, die was bijna raak!

Nou, wat is dit leuk zeg!

Als we meer dan 10 goals maken, krijgen we limonade!

Ja!!!

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12... limonade!

Ja!!!

Ja, we krijgen limonade! Lekker!

Ja, de volgende. Kom maar, Lieke.

Van al dat trainen krijg je wel erge dorst. Ik vond het heel leuk om met Maaïke en Lieke naar het voetbal trainen te gaan! Dag, tot de volgende keer!