



# **BINNENVELD**



## **Inhoudsopgaven**

<b>Inhoudsopgaven</b> .....	<b>2</b>
<b>Binnenveld</b> .....	<b>3</b>
<b>I. Basis posities</b> .....	<b>3</b>
<b>II. Fielden</b> .....	<b>4</b>
<b>III. Aangooi</b> .....	<b>6</b>
<b>IV. Speciale Technieken</b> .....	<b>6</b>
<b>V. Positie specifieke fundamentals</b> .....	<b>8</b>
<b>VI. Mentale Aspecten</b> .....	<b>12</b>
<b>VII. Communicatie</b> .....	<b>15</b>

In dit deel over binnenveld is elke verwijzing naar de mannelijke vorm van woorden als "speler", "binnenvelder", enz. en het gebruik van woorden "hij", "hem", enz. niet discriminerend bedoeld. Logischerwijs worden hiermee ook vrouwen bedoeld. Een en ander is uitsluitend gedaan uit taalkundige overwegingen ter vereenvoudiging.

Suggesties tot verbetering van inhoud of bruikbaarheid zullen in dank worden vernomen.

Niets uit het handboek mag worden gekopieerd zonder bronvermelding.



## Binnenveld

### I. Basis posities

#### A. Eerste honkman -

1. Basispositie – Acht stappen van de foullijn en acht stappen naar achteren.
2. Stootslagpositie – De eerste honkman gaat ongeveer vier meter achter de honklijn staan. Bij de goede stoters doet de eerste honkman alsof hij zijn basispositie inneemt, maar komt met de worp van de werper naar voren, naar diezelfde vier meter.
3. Het aanhouden van de loper – zie ook “eerste honk fundamentals”.
  - a. Aanhouden
  - b. Voor de loper
  - c. Achterste hoek
  - d. Achter de loper
  - e. Basispositie

#### B. Tweede honkman

1. Basis – Zes stappen links van het tweede honk en zestien stappen naar achteren.
2. Dubbelspelpositie - Vier stappen naar voren en twee naar het tweede honk toe. Bij deze positie gaan we er van uit dat bij een steelpoging de tweede honkman het honk pakt. Kijk bij het “honk bespelen” van de tweede honkman voor het bewegen richting het tweede honk.
3. Opofferingsstootslag met een honkloper op het eerste honk - Ga vier stappen naar voren om de afstand naar het eerste honk te verkleinen. Beweeg bij een stootslag eerst naar voren en daarna naar het eerste honk. Wees er zeker van dat men een push-bunt kan verwerken.

#### C. Korte stop

1. Basis – Acht stappen rechts van het tweede honk en zestien stappen naar achteren.
2. Dubbelspelpositie – Ga vier stappen naar voren en twee stappen naar het tweede honk toe.
3. Opofferingsstootslag -
  - a. Honkloper op het eerste honk – Kom in als de slagman de stootslaghouding laat zien en ga naar het honk als de stootslag wordt neergelegd.
  - b. Honkloper op het tweede honk (of eerste- en tweede honk) – De honkloper op het tweede honk op de standaard manier aanhouden. Kijk bij “korte stop fundamentals”.

#### D. Derde Honkman

1. Basis – Acht stappen van de foullijn en acht stappen naar achteren.
2. Dubbelspelpositie - Ga twee stappen naar voren én twee stappen naar rechts.
3. Slaan/stoten situatie – Vijf stappen van de foullijn en twee stappen voor het derde honk. De derde honkman kan doen alsof hij een stootslag verwacht, maar weer teruggaan om zijn bereik te vergroten. Dit doet hij op het moment dat de werper richting thuisplaat gaat.



4. Opofferingsstootslag – Gebruik dezelfde positie als bij punt 3.

E. Algemene opmerkingen -

1. Het aanpassen van de positie hangt af van de volgende factoren:

- a. Het type werper en het type worp dat wordt gegooid.
- b. De gewoontes van de slagman.
- c. Veldomstandigheden; is het binnenveld langzaam of snel, zijn er randen, kuilen etc.
- d. De stand van slag en wijd voor de slagman. Sommige slagmensen slaan meer richting derde honk als ze meer wijdballen dan slagballen hebben gekregen. (voor staan in de stand).
- e. De sterkte van de gooiarm van een binnenvelder.
- f. In wedstrijd situaties – Vergroot het binnenveld met een honkloper op het tweede honk. Pas de positie minder snel aan als men ruim voor staat. De eerste honkman hoeft de looper niet aan te houden als het uitmaken van een steelpoging minder belangrijk wordt.

Er zijn situaties waarbij de eerste- en derde honkmensen dicht bij de foutlijn spelen. Dit om te voorkomen dat er een tweehonkslag langs de lijn wordt geslagen.. Deze positionering zal over het algemeen alleen aan het einde van een wedstrijd zijn en bij slagmensen die de bal omhalen richting foutlijnen.

**II. Fielden**

A. Handschoen – De handschoen kan variëren in grootte en is afhankelijk van de positie die wordt gespeeld. Tweede honkmensen gebruiken een kleinere handschoen in verband met het snel maken van een dubbelspel. De medium handschoen van de korte stop is duidelijk een maat groter. De handschoen moet goed zijn ingegooid om een zo groot mogelijke vangedeelte te hebben.

B. Fieldhouding - De fieldhouding is voor alle binnenvelders gelijk. De belangrijkste aspecten van deze basishouding:

1. Voeten staan op schouderbreedte met de handschoenvoet iets naar voren.
2. Het achterwerk is laag, zodat de bovenbenen evenwijdig aan de grond zijn.
3. De handen zijn voor de voeten, met de handschoen op de grond aan de binnenkant van de handschoenvoet.
4. De vingers van de handschoen zijn in een 45 graden hoek ten opzichte van de bal. De pols van de hand is ontspannen om soepele handen te hebben. De vangelleboog is gebogen en wijst iets naar buiten om “zachte handen” te hebben. Deze positie zorgt ervoor dat de elleboog snel kan reageren op een plotseling opstuitende bal.
5. Houd de blote hand op ongeveer 15 centimeter van de handschoen, om zo snel mogelijk de handschoen uit de handschoen te kunnen pakken.
6. Het hoofd is omhoog gericht met de ogen geconcentreerd op de bal. Hierdoor kan men de volgen tot in de handschoen.

C. Handschoenbeweging

1. De handen zijn licht gebogen voor het lichaam, met de elleboog aan de handschoenzijde net voor de binnenkant van de knie.



2. De handen gaan na het ontvangen van de bal naar achteren en omhoog richting het midden van het lichaam.
3. De bal wordt zo snel mogelijk uit de handschoen gepakt door de gooihand. Zorg dat de bal uit de handschoen is voor de handen de riem hebben bereikt.
4. Alle ballen, ook backhand, worden gepakt in de flap. Het naar achteren en omhoog brengen van de handschoen wordt altijd gebruikt. Alhoewel, de korte stuit aan de backhandzijde wordt makkelijker als men met de handschoen naar de bal toe beweegt.

#### D. Vorbereidende beweging

1. Set Position – Als de werper zijn tekens ontvangt, staat de binnenvelder met de handen op zijn knieën. Houd het hoofd omhoog, de knieën gebogen en de rug op ongeveer 45 graden.
2. Ready position - Als de werper met zijn beweging start, komen de handen los en naast beide knieën. De voeten staan ongeveer 60 cm uit elkaar.
3. Read position – Als de werper de bal bijna loslaat, beweegt de binnenvelder zijn voeten door richting de thuisplaat te lopen of door een zijwaartse beweging te maken. Dit is identiek aan een tennisspeler vlak voor het ontvangen van de service. Als de bal in de slagzone is, staan de voeten naast elkaar op ongeveer schouderbreedte. De voeten van de eerste- en derde honkmannen kunnen iets verder staan. Op het moment dat er wordt geslagen, staat de binnenvelder met zijn handen iets boven de knieën. Bij een eerste- en derde honkman mag dat ook lager zijn.
4. Visual Focus – Zodra de bal door de werper is losgelaten, verleggen de binnenvelders hun focus van de werper naar de slagzone. Dit om de geslagen ballen goed te kunnen lezen.

#### E. Benaderen van de bal – De binnenvelder moet tijdens het benaderen van de bal, de stuit beoordelen om de bal op het hoogste of laagste punt te kunnen fielden. Door een juiste benadering van de bal, kan de binnenvelder met de basis fieldhouding een geslagen bal binnen zijn bereik verwerken.

1. Benadering naar de bal toe – De binnenvelder blijft bij het benaderen van de bal aan de linkerkant van de bal. Hierbij heeft hij zijn handschoen iets aan de buitenkant van de knie met de flap op ongeveer 45 graden ten opzichte van de bal. De handschoen zakt tijdens het benaderen naar de fieldhouding. Dit om te voorkomen dat er ballen onderdoor gaan.
2. Snelheid van benadering – De snelheid van het benaderen is afhankelijk van hoe hard de bal is geslagen.
  - a. De binnenvelder gaat snel op langzaam geslagen ballen af en rustiger op hard geslagen groundballen. Ga snel op de bal af, als de eerste stuit opwaarts is.
  - b. De snelheid van het benaderen wordt tevens bepaald door de stuiten van de bal. De binnenvelder moet kunnen reageren op een bal die ineens een hogere of lagere stuit maakt.
3. Komen tot fieldpositie – Als de binnenvelder de bal bereikt, maakt hij zijn passen korter om zo zijn lichaam onder controle te hebben. Om in de fieldhouding te komen, zet de binnenvelder zijn gooihandvoet vast en spreidt zijn handschoenvoet om in de basispositie te komen. Het is van groot belang om naar de bal toe te bewegen en daardoor een goed ritme voor de aangooi te hebben. Zorg voor een soepele doorlopende actie; benaderen – komen in de fieldhouding – aangooi.



### III. Aangooi

- A. Voetenwerk - Wat voor techniek er ook wordt gebruikt, er moet een vloeiende beweging zijn van : benaderen van de bal – fieldhouding – aangooi.
1. Stap door –De gooihandvoet stapt door naar het doel en de stapvoet stapt direct naar het doel. Deze techniek wordt gebruikt door de binnenvelders voor een aangooi naar het eerste honk.
  2. Schuifpassen – Richt de handschoenschouder naar het doel en maak met de voeten schuifelende passen richting het doel. Deze techniek wordt gebruikt door spelers die moeite hebben met de “stap-door-naar-het-doel“ methode.
  3. Stap zijwaarts - Sluit met een aansluitpas de pivotvoet bij de handschoenvoet aan, en stap door richting het doel. Dit voetenwerk wordt gebruikt bij aangooien van 5–4 en 4–3.
- B. Pak-over - De bal gaat zo snel mogelijk van de handschoen naar de gooihand als de bal naar achteren en naar het midden van het lichaam wordt gebracht.
- C. Armactie - De binnenvelder gebruikt altijd een bovenhandse aangooi. De arm mag nooit onder het middel uitkomen. De vingers zijn bovenop de bal en de gooiarm is boven de elleboog.

### IV. Speciale Technieken

- A. Voeden dubbelspelen -
1. 6-4 - De bal wordt ontvangen met de standaard fieldhouding. Daarna draaien de heupen en de schouders open en wordt de bal met een korte armbeweging richting de tweede honkman gegooid.
    - a. Op ballen geslagen richting het tweede honk - De korte-stop tost de bal onderhands op borsthoogte naar de tweede honkman. Om de linkerszijde vrij te krijgen, wordt de linkervoet richting de tweede honkman gedraaid.
    - b. Ballen geslagen aan de rechterkant van de korte-stop – Zet na het fielden van de bal de rechervoet vast en maak een bovenhandse aangooi.
  2. 4-6 - De tweede honkman neemt een directe route richting grondbal, als hij een dubbelspel verwacht.
    - a. Ballen geslagen richting het tweede honk – De tweede honkman tost onderhands met stijve pols. De gooiarm eindigt naar de borst van de korte stop gericht. De tweede honkman draait zijn borst en zet zijn rechervoet richting het tweede honk.
    - b. Ballen geslagen naar de tweede honkman - De standaard fieldhouding wordt gebruikt. De tweede honkman draait zijn schouders en heupen evenwijdig aan het tweede honk en gebruikt een korte arm, een backflip, of een  $\frac{3}{4}$  aangooi.
    - c. Ballen geslagen aan de linkerkant van de tweede honkman (binnen de linkervoet) – Gebruik een draaisprong en een  $\frac{3}{4}$  aangooi met korte arm.
    - d. Ballen geslagen aan de linkerkant van de tweede honkman (aan de forehandzijde) - Stap door met het standbeen en gooi. Deze actie leidt zelden tot een dubbelspel.
  3. 5-4 – Gebruik de schuifpas of de achterwaartse-stap-techniek en gooi met een korte bovenhandse armbeweging.
  4. 3-6 - Field de bal aan de binnenkant van de handschoenvoet. Concentreer op de aangooi en niet op het overnemen van het eerste honk.



- a. RH - Gebruik een draaisprong. Zorg dat de linkerschouder naar het tweede honk wijst en gooi met een  $\frac{3}{4}$  armbeweging. Gebruik een achterwaartse pivot als de bal aan de handschoenzijde is geslagen. Bij een directe groundbal mag de rechtshandige speler tegen de klok in draaien.
- b. LH – Gebruik de schuifpasen of de achterwaartse-stap-techniek en gooi met een bovenhandse armbeweging.

**B. Zacht geslagen ballen -**

1. Val de bal aan, maar houd de bal aan de linker kant van het oor (handschoenkant)
2. Field de bal met twee handen aan de binnenkant van de linkervoet. Houd de benen gebogen. De linkervoet heeft contact met de grond op het moment dat de bal wordt gepakt. Spelers hebben de mogelijkheid de bal met alleen de handschoen te pakken bij een zachte bal, wanneer de bal aan de buitenkant van de handschoenvoet komt.
3. De bal wordt gegooid nadat met de rechervoet is doorgestapt. Kom tijdens het gooien met het bovenlichaam omhoog om een goede bovenhandse aangooi te kunnen maken. Men moet er rekening mee houden dat de bal nog een stuk naar rechts terugdraait.
4. Field met twee handen zolang de bal stuitert. Gebruik alleen de blote hand als de bal zacht rolt of stil ligt. Gebruik deze techniek alleen als het nodig is (door de snelheid van de looper).

**C. Pop Flies -**

1. Omhoog geslagen ballen in het binnenveld – De korte-stop en tweede honkman hebben voorrang op de eerste - en derde honkman. De eerste - en derde honkman hebben op hun beurt voorrang op de achtervanger. Alle binnenvelders hebben voorrang op de werper. Roep af nadat de bal zijn hoogste punt heeft bereikt.
2. Omhoog geslagen ballen tussen de binnenvelder en de buitenvelder - De buitenvelder heeft voorrang boven de binnenvelder. Ondanks de voorrang van de buitenvelder, moet de binnenvelder er van uitgaan dat hij de ballen die er tussen in vallen moet vangen. Dit zijn belangrijkste vaardigheden:
  - a. Maak een openstap om naar achter te gaan.
  - b. Sprint agressief naar achteren.
  - c. Ga niet vroegtijdig met de rug naar het binnenveld achteruit lopen.
  - d. Probeer aan de linker- of rechterkant van de bal te komen om te voorkomen dat men de bal over het hoofd moet vangen.
  - e. De binnenvelder maakt met zijn armen duidelijk als hij zeker is van een vangbal.
  - f. Houd de handpalm omhoog als men de bal vangt met de rug naar het binnenveld toe.

**D. Duikacties - De eerste honkman duikt op elke bal waar ook maar de kleinste kans op bestaat om de bal te pakken of te stoppen. De werper neemt in dat geval het eerste honk over. De derde honkman duikt op elke bal langs de lijn. Het pakken of stoppen van deze bal voorkomt een twee-honkslag. Alle binnenvelders duiken op ballen om het scoren van een punt te voorkomen.**

1. De sleutel is de snelheid van de eerste stap. Deze wordt bereikt met een explosieve cross-over stap. De buitenste voet kruist de binnenste voet voor maximaal bereik.
2. Duik laag over de grond en niet over de bal.



3. De vrije hand verzacht de schok van het lichaam op de grond. Dit zorgt ervoor dat de bal niet uit de handschoen valt door de klap op de grond.
4. De binnenvelder springt op om de aangooi te maken door zijn vrije hand en zijn knieën te gebruiken. Wanneer de benen worden gespreid is het opspringen makkelijker.
5. Zorg er voor dat het lichaam in balans is voor men aangooit. Dit voorkomt een foute aangooi.

#### E. Tikacties -

1. Tweede honk, korte stop en derde honk –
  - a. Gebruik de éénhandige “V” tikmethode met de achterkant van de handschoen tegen de voet van de loper. Houd de bal in de handschoen stevig vast doormiddel van de duim en de ringvinger. Vang de bal altijd binnen de voorste voet. Een speler mag niet reiken naar een goede aangooi.
  - b. Gebruik de veegmethode bij slechte aangooien, waarbij de speler wordt gedwongen van het honk te gaan.
2. 1B – Gebruikt dezelfde tikmethode. De rechervoet staat bij een pick-off van de werper tegen de voorste hoek van het honk. Gebruik de veegmethode bij andere aangooien.

#### F. Relay -

1. Ga met het lichaam gericht naar de buitenvelder staan. Houd de armen omhoog.
2. Wanneer de bal wordt aangegooid, draait het lichaam 90 graden ten opzichte van de richting waar vandaan de bal komt. Het is belangrijk dat de speler de bal goed inschat, voordat men gaat bewegen. Slechte vervolg aangooien worden veroorzaakt door slecht voetenwerk.
3. Ontvang de bal met twee handen terwijl beide voeten op de grond in de gooirichting staan.
4. Stap met de voorste voet en gooi de bal.

#### G. Misleidingen -

1. Tikacties – Bij aangooien vanuit het buitenveld kan bij een “net wel - net niet” actie de binnenvelder nonchalant rechtop blijven staan. Deze actie is bedacht om de loper te misleiden en te laten remmen voor het honk, waardoor de loper uit wordt gemaakt.
2. Hoge Ballen – Bij hit-and-run of stelen, de tweede honkman en korte-stop, (wanneer de loper onderweg naar het tweede honk is) of de derde honkman (wanneer de loper onderweg naar het derde honk is) kunnen net doen alsof zij de bal fielden om de loper te laten geloven dat de bal op de grond is, terwijl de bal eigenlijk in de lucht is. Deze misleiding biedt de mogelijkheid een dubbelspel te maken nadat de bal is gevangen. Deze misleiding moet verstandig worden gebruikt. Alleen wanneer men een goede kans heeft om een dubbelspel te maken.

### V. **Positie specifieke fundamentals**

#### A. Eerste honkman -

1. Verplaatsing – Zet de pivoterende voet tegen het honk. De knieën zijn geborgen en houdt het hoofd omhoog in de richting waar de bal vandaan komt. Deze techniek kan goed worden gebruikt als er tijd genoeg is om de actie te maken. Denk hierbij aan een rechtshandige eerste honkman en de bal die de catcher gooit aan de binnenkant van het



veld. Of bij een linkshandige eerste honkman bij een diepe bal van de tweede honkman achter het eerste honk.

- a. One Foot Method (één-voet-methode) – Gebruik alleen de voet aan de gooi kant van het lichaam om contact met het honk te hebben. Deze methode vraagt om een cross-over stap wanneer de bal aan de backhand kant wordt gegoid. Bij hoge ballen boven het honk houdt de eerste honkman contact met het honk met de voet aan de gooi kant. Reik met de handschoen naar de bal en stap na het vangen van de bal in de lucht naar foutgebied. En indien nodig natuurlijk springen.
- b. Gebruik de linkervoet bij stootslagen en bij zacht geslagen ballen aan de voorkant van het honk.
2. Pick-offs – Beweeg de handschoen naar de bal bij een korte stuit. Gebruik de “naar achteren en omhoog” methode bij aangooien met een lange stuit.
3. Blokballen – Blok lage aangooien om te voorkomen dat een belangrijke loper van het tweede honk kan scoren op een foute aangooi uit het binnenveld. Verlaat het honk bij een slechte aangooi, als dit niet de belangrijkste actie is.
4. Tikken - Tik mee met de loper, als de bal boven de lijn aan de binnenkant van het veld wordt gegoid.
5. Stretchen – Maak pas een stretch als de richting van de bal duidelijk is. Stap met de voet aan de handschoenkant naar de bal toe. De knie is gebogen laag naar de grond.
6. Lopers aanhouden – De borst 45 graden naar de werper toe gedraaid. De knieën gebogen en de handschoenarm licht gebogen op heuphoogte naar de werper. Tik altijd aan de verre kant van het eerste honk.
7. Van het honk af bewegen – Begin de beweging met een cross-over van de linkervoet en vervolg met een aantal shuffle stapjes. Later in de wedstrijd kan de eerste honkman ook alleen de cross-over stap gebruiken om dichterbij de lijn te spelen.
  - a. Bewegen naar de achterste hoek – Cross-over en schuifpassen richting het hek in rechtsveld.
  - b. Bewegen naar achter de loper – De eerste honkman beweegt direct naar de positie. Het juiste voetenwerk is rechts-links sprongetjes om de positie te bereiken.
8. Tossen eerste honkman naar de werper -
  - a. Onderhands – Gebruik deze tosstechniek op het moment dat de werper in de loop is naar het eerste honk. Toss de bal voor het honk. Verklein de afstand, toss de bal op borsthoogte en volg de bal na het tossen naar het honk. Haal de bal zo snel mogelijk uit de handschoen en laat de bal goed zien aan de werper.
  - b. Bovenhands – De eerste honkman gooit de bal alleen bovenhands als hij de bal ver van het honk pakt. De rechtshandige eerste honkman tost de bal strak met een korte bovenhandse arm. De linkshandige eerste honkman gebruikt de draaisprong voetenwerk. De eerste honkman geeft de bal drie passen voor het honk aan de werper om te voorkomen dat de werper in problemen komt met het honk.  
De rechtshandige eerste honkman draait binnendoor op ballen geslagen langs de lijn.
9. 3-6 en 3-1 dubbelspel -
  - a. 3-6 aangooi – Deze actie is het makkelijkst voor de linkshandige eerste honkman. Het voetenwerk is identiek aan dat van de derde honkman die naar het tweede honk gooit. De rechtshandige eerste honkman moet de bal eerst fielden voordat hij draait. Op ballen aan de backhand kant (rechtterkant) moet de eerste honkman na



het veld om springen, wijst met zijn linker schouder naar het tweede honk, stapt en gooit. Op ballen aan de linkerkant waarbij men naar het eerste honk toe beweegt. Men draait achter de handschoen aan, wijst met de schouder naar het tweede honk, stapt en gooit. Op ballen recht op de speler af kan men beide technieken gebruiken. Wanneer men aangooit mag de bal nooit met de looper kruisen.

- b. Het dekken van het eerste honk bij het 3-6 en 3-1 dubbelspel – Na de aangooi naar de korte-stop gaat de eerste honkman direct terug naar zijn honk. Behalve als hij af wordt geroepen door de werper. Ga niet te gehaast terug. Op ballen dicht bij het eerste honk, moet de eerste honkman duidelijk de werper afroepen en zelf de aangooi van de korte stop nemen. Wanneer de bal heel dicht bij het eerste honk wordt gefield, tikt hij eerst zijn eigen honk aan om vervolgens de bal naar het tweede honk te gooien waar de looper moet worden getikt.

## B. Tweede honkman

### 1. Dubbelspel –

#### a. Standaard methode dubbelspel -

1. Ga vroeg klaar staan.
2. Kom in een atletische positie.
3. Zet de handschoen en gooihand in een 3-9 uurs positie.
4. De aangooi moet zeker gevangen worden en met de blote hand uit de handschoen worden gepakt.
5. Bij een aangooi vanaf het derde honk wijst de borst naar het derde honk
6. Wanneer de bal van de korte-stop komt wijst de borst ook naar het derde honk, maar de handschoen wijst naar de korte-stop.
7. Bij het klaarstaan, kan de tweede honkman zijn linkervoet op het honk plaatsen terwijl hij naar de bal beweegt of kan hij aan de achterzijde van het honk (midveldkant) gaan staan in afwachting van de bal en naar het honk bewegen op het moment dat de aangooi wordt gemaakt. De kwaliteiten van een speler bepaalt welke keuze hij maakt bij het kiezen van de methode die hij wil gebruiken.
8. De tweede honkman gebruikt een korte of  $\frac{3}{4}$  arm om de actie zo snel mogelijk te kunnen maken.

- b. Bal vanaf het derde honk – Over het honk komen. De tweede honkman stapt met zijn linkervoet op het honk, gaat achter zijn handschoen aan en komt over het honk heen en plaatst zijn rechtervoet. Bij een slechte aangooi bepaalt de richting van de bal waar de rechtervoet wordt geplaatst. Wanneer de bal is ontvangen wordt het gewicht op de rechtervoet geplaatst en stapt de linkervoet naar het eerste honk. Hierbij wijst de neus van de voet recht naar het eerste honk. Til na het gooien van de bal de stapvoet op. Bij een goeie aangooi komt men richting de heuvel uit.

- c. Bal vanaf korte-stop – Indien de korte stop de bal field in beweging naar het derde honk, wordt gebruikt gemaakt van de techniek zoals hierboven beschreven.

- d. Bal vanaf de werper – De tweede honkman zet zijn linkervoet op het honk met zijn borst gericht naar de werper. De rechtervoet en de handschoen bewegen naar de bal toe aan de binnenkant van het honk. Vang de bal, stap met de linkervoet naar het eerste honk, maak de aangooi til de linkervoet op na de aangooi.

2. Het dekken van het tweede honk – Bij stelen en hit&run kan de tweede honkman pas met een cross-over naar het tweede honk breken als de bal de slagman is gepasseerd. De tweede honkman beweegt wel naar het tweede honk toe als hij de looper ziet



vertrekken. Dit moet op een gecontroleerde manier. Sommige spellers maken gebruik van shuffle pasjes naar het honk toe zodra zij de looper zien vertrekken.

3. Overnemen van het eerste honk – Bij stootslagsituaties neemt de tweede honkman het eerste honk over. De juiste beweging is eerst richting de thuisplaat en op het moment dat de bal wordt gestoten, direct naar het eerste honk toe. Bij het ontvangen van de bal op het eerste honk, staat de tweede honkman met zijn linkervoet op de binnenkant van het honk met zijn borst naar de thuisplaat toe. De benen licht gebogen en de schouders recht. Stretchen zoals een eerste honkman kan worden gedaan wanneer hij op tijd bij het eerste honk is en de bal vanaf richting heuvel komt.
4. Aanhouden lopers – De tweede honkman is verantwoordelijk voor het kort houden van de honklopers in de volgende situaties:
  - a. Wanneer de korte-stop in het gat bij het derde honk speelt.
  - b. Wanneer de looper verder van het honk gaat op het moment dat de korte-stop dieper gaat spelen. In deze gevallen beweegt de tweede honkman naar het honk toe op het moment dat de korte-stop zijn afstand neemt. Deze kan een schijnbeweging zijn of om “day-light” te spelen.

Wanneer hij de looper kort houdt, gebeurt dat in de lijn derde honk - tweede honk.

### C. Korte-stop

1. Dubbelspel
  - a. Bal vanaf de tweede honkman – Borst en handschoen naar de bal gericht met de voeten achter het honk. De linkervoet en de handschoen bewegen naar de bal, terwijl de rechtervoet langs het honk sleept. Sluit de voorste schouder, stap, gooi en spring op. Bij een dubbelspel wat langzaam loopt blijft de korte stop achter het honk.
  - b. Bal vanaf de eerste honkman – Wanneer de eerste honkman achter de honklijn speelt, gebruikt men de zelfde techniek als bij de tweede honkman. Wanneer de bal voor de honklijn wordt gefield, zet de korte stop zijn linkervoet aan de binnenkant van het tweede honk, stapt met de rechtervoet en handschoen naar de binnenkant van het binnenveld om de bal te ontvangen. Vervolgens stapt hij met de linkervoet van het honk om de bal naar het eerste honk te gooien en vervolgens springt men. Als de eerste honkman naar het tweede honk toe komt, omdat de bal daar wordt gelagen, dan laat de korte-stop beiden voeten staan tijdens het teruggooien. Deze techniek houdt de looper weg van de korte stop terwijl hij zijn actie maakt.
  - c. 6-3 dubbelspel – Het ongeassisteerde dubbelspel. De korte-stop fieldt de bal, stapt met zijn linkervoet op het honk, terwijl hij zijn aangooi naar het eerste honk maakt. Bij sommige ballen door het midden geslagen maakt de korte stop een paar schuifpasjes om vervolgens langs het honk te slepen voordat hij zijn aangooi maakt.
2. Dekken van het tweede honk – Bij een steelpoging kan de korte-stop niet direct naar het honk vertrekken. Hij kan pas gaan wanneer de bal de slagman passeert. Net als de tweede honkman maakt hij schuifpasjes naar het tweede honk, totdat hij zeker is dat de bal niet wordt geslagen.
3. Kort houden van de lopers – Om de looper op het tweede honk kort te houden speelt de korte-stop drie meter achter de honkloper. Vanaf deze positie kan de korte-stop buiten het zicht van de looper zijn schijnbeweging maken of naar het honk gaan om een pick-off te vragen. Hij kan “day-light” spelen doormiddel van met een open handschoen naar het honk te gaan. De werper moet op dat moment wel kijken.



#### D. Derde honkman

1. Dekken van het derde honk – Wanneer het derde honk wordt gestolen, komt de derde honkman in naar de honklijn en breekt naar het honk als de bal de slagman is gepasseerd. De derde honkman kan ook schuifpassen maken naar het honk. Met een potentiële steler op het tweede honk, kan de derde honkman iets dichterbij het honk spelen. Met twee uit, wordt het binnenveld zo groot mogelijk gehouden om een binnengeslagen punt te voorkomen.
2. Ball naar de werper – Op scherp geslagen ballen naar de werper, breekt de derde honkman direct naar de heuvel om te reageren op ballen die van de werper zijn lichaam of handschoenen afstuiten.
3. Vorbereidende beweging – Veel derde honkmensen maken een "side to side" beweging in plaats van "walk-in" of "creeping" beweging, gebruikt door de meeste tweede honkmensen en korte-stops. De derde honkman moet voorbereid zijn op hard geslagen ballen en bereik hebben door middel van een snelle cross-over. Dit kan gerealiseerd worden door het gewicht aan de binnenkant van de voeten te houden. De derde honkman gebruikt een lagere uitgangshouding wanneer hij in speelt. Denk eraan: een hoge eerste stuit betekent inkomen.
4. Met een looper op het tweede honk (of eerste- en tweede honk) – Denk eraan, de korte-stop kan een aangooi naar het derde honk maken bij een bal geslagen in de ruimte tussen het derde honk en korte-stop.

### VI. Mentale Aspecten

#### A. Algemeen -

1. Verwacht de bal bij iedere worp van de werper.
2. Wees constant met de voorbereidende beweging.
3. Blijf met fielden onder de bal.
4. Ken de snelheid van de honklopers, zodat men de beschikbare tijd per situatie kan inschatten.
5. Ken de potentiële honken stellers bij de tegenstander. Dit heeft invloed op het positiespel van de midden binnenvelders en de derde honkman.
6. Duik op alle geslagen ballen met een honkloper op het tweede honk.
7. Fake aangooien – Op het moment dat een binnenvelder, werper of achtervanger geen aangooi heeft naar een honk, kan de speler een armfake maken naar dat honk om een andere honkloper te misleiden. Deze mogelijkheid doet zich voor op de volgende momenten:
  - a. Lopers, eerste honkman en tweede honkman zonder kans om de tweede nul in het dubbelspel op het eerste honk te maken kijken naar het derde honk. In de meeste situaties is er geen arm fake nodig. Kijk direct naar het derde honk.
  - b. Stootslag zonder aangooi op het eerste honk.
  - c. Getopte bal naar een binnenvelder zonder aangooi op het eerste honk.
  - d. Honkloper op het tweede honk en grondbal geslagen tussen de derde honkman en korte-stop in. De korte-stop kan een fake maken naar het eerste honk als de nul niet meer te maken is en kijken naar het derde honk.



8. Kijk of lopers het honk aanraken –
- De eerste honkman - Controleert het eerste honk bij iedere extra honkslag. De enige uitzondering is bij een hoog geslagen bal langs de rechtsveld lijn waar de eerste honkman achteraan gaat. In deze situatie controleert de achtervanger het honk. De eerste honkman is ook verantwoordelijk voor het tweede honk bij iedere dubbele relay situatie. Bij een looper op het eerste honk en een dubbel relay situatie, kijkt de eerste honkman eerst of de looper het tweede honk aanraakt en daarna of de slagman-honkoper het eerste honk aanraakt.
  - De tweede honkman - Met een looper op het eerste honk en een honkslag in het buitenveld, waarbij de honkloper naar het derde honk gaat, controleert de tweede honkman of de looper het tweede honk aanraakt. De korte-stop is als cut-offman betrokken in de situatie.
  - De derde honkman – De derde honkman is verantwoordelijk voor het derde honk, behalve in de situatie met een looper op het tweede honk en een honkslag in het linksveld. De derde honkman is dan cut-offman voor de aangooi naar de thuisplaat en de korte-stop controleert dan of de looper het derde honk aanraakt.
9. Apelsituaties – Als er nog geen time-out is afgeroepen gaat de bal direct naar het honk. Bij een time-out komt de werper in zijn vaste stand, waardoor de bal weer in het spel is, en wordt nadat de werper van de plaat is afgestapt de bal naar het betreffende honk gegooid. Als de apelsituatie op het eerste honk is, komt de tweede honkman acht meter achter het eerste honk te staan om de aangooi van de werper te dekken. Bij een apelsituatie op het derde honk, neemt de korte-stop dezelfde positie in achter het derde honk.
10. Positie bij opzettelijk 4-wijd – De binnenvelders spelen hun positie als bij een slagman met een langzame knuppel. Als de wordt geslagen, is het op een buitenkant bal waarnaar de slagman heeft moeten reiken. Met een looper op het tweede honk, is de binnenvelder aan de pull kant verantwoordelijk voor het aanhouden van de looper.
11. Zonnebril – Denk aan het gebruik van een zonnebril.
- B. Eerste honkman -
- Vang alle lage aangooien, met uitzondering van de situatie waarbij er een belangrijke honkloper op het tweede honk staat. Om te voorkomen dat dit punt scoort, worden de lage aangooien geblokt.
  - Kom tijdens het aanhouden van de looper, bij de worp naar de thuisplaat agressief van het honk. Bestrijk zo veel mogelijk gebied. Met uitzondering van een slagman die veel langs de rechtsveld lijn slaat. Het links-rechts-shuifpas(sen) voetenwerk zorgt voor de grootste veldbestrijking.
  - Duik naar of blok alle moeilijke grondballen. Houd de bal voor het lichaam. Voorkom dat een bal onder de handschoen doorgaat op het eerste honk.
  - Ken het hek op fout gebied. Ga zo snel mogelijk naar het hek bij hoge foutballen dicht bij het hek geslagen.
  - Vang de pick-off aangooien dicht bij het honk en beweeg de handschoen direct naar de achterste hoek van het honk. Maak een tikactie op iedere pick-off, zelfs als de honkloper dik safe is.
  - Weet altijd waar de tweede honkman speelt. Maak geen moeilijke fieldactie op een bal geslagen tussen de tweede honkman en eerste honkman, die door de tweede honkman als een makkelijke nul kan worden gemaakt.



7. Zorg dat men laag klaarstaat bij korte aangooien van de werper, achtervanger of tweede honkman.
8. Bij een “net in-net uit” gedwongen loopsituatie. Ga de bal halen om de scheidsrechter het beeld te geven van het vroegtijdige ontvangen van de aangooi.
9. Vind de dug-out(trap) of hek bij een hoog geslagen bal in de omgeving van de dug-out.

C. Tweede honkman -

1. Gebruikt een kleine handschoen voor het maken van snelle dubbelspelen. Bij kleine handschoenen moet de web los zijn gemaakt voor het ontvangen van aangooien met een tikactie en voor line-drives die men éénhandig pakt
2. Wees voorbereid om te reageren op slechte aangooien om het dubbelspel te voeden. Ga er niet van uit dat iedere aangooi perfect is.
3. Misleid met een fieldbeweging honklopers als er tijdens steel of hit and run pogingen een hoge bal wordt geslagen.
4. Als de tweede honkman een grondbal fieldt in de honklijn, tik de honkloper en gooi de bal naar het eerste honk om het dubbelspel compleet te maken. Voorkom hard contact met de looper. Als de looper stopt of een vroegtijdige sliding maakt, dwing hem terug naar het eerste honk, maak de slagman-honkoper uit en zorg via het insluiten voor de tweede uit.
5. Maak een hoek naar de rechtsveldpaal bij ballen geslagen in de ruimte tussen de eerste honkman en tweede honkman.
6. Start de aangooi naar aanleiding van een langzaam geslagen ter hoogte van de honklijn goed, vanwege de lastige gooihoek.

D. Korte-stop -

1. De korte-stop gebruikt een medium handschoen.
2. Wees voorbereid om te reageren op slechte aangooien voor het dubbelspel.
3. Misleid met een fieldbeweging honklopers als er tijdens steel of hit and run pogingen een hoge bal wordt geslagen.
4. Informeer teamgenoten over het aantal nullen.
5. De korte-stop blijft achter het tweede honk bij langzaam lopende dubbelspelen aan de rechterkant van het veld.

E. Derde honkman -

1. Ken de potentiële stoters van de tegenstanders.
2. Er is geen noodzaak de stootslag te verdedigen met het tweede honk bezet en twee uit.
3. Neem de stootslagpositie in en ga tijdig terug bij een honkloper op het tweede honk en minder dan twee uit.
4. Blok alle slechte aangooien naar het derde honk om een punt te voorkomen.
5. Bij aangooien vanuit het buitenveld positioneert de derde honkman zich zodanig bij het honk dat de bal de loopbaan niet kruist.
6. Fake honklopers op het derde honk terug om ze dicht bij het honk te houden.
7. Blok hard geslagen grondballen door het lichaam ontspannen te houden. Hierdoor blijft de geblokte bal dicht bij de derde honkman liggen.



8. Pak geblokte ballen met de blote hand op.
9. Ken het verloop van de derde honklijn, zodat de derde honkman kan voorspellen welke stootslagen naar fout gebied rollen. Kijk naar gestoten ballen tijdens batting practice.
10. Pak fout gestoten ballen direct op.
11. Zoek snel het hek bij hoog geslagen foutballen in de nabijheid van het hek.
12. Ga naar de hoek van de dug-out bij hoog geslagen ballen in de nabijheid van de dugout.

## VII. Communicatie

### A. Eerste honk -

1. Herinner de tweede honkman te communiceren bij grondballen geslagen in de ruimte tussen de tweede honkman en eerste honkman.
2. "Binnenkant of buitenkant" – Op aangooien van de catcher of op aangooien naar aanleiding van een stootslag door de werper.
3. "Ik heb 'm" – Op een 3-6-3 dubbelspel om de werper te laten weten weg te blijven bij het honk
4. Geen communicatie – Bij grondballen die door de eerste honkman worden gefield in de ruimte tussen de tweede honkman en eerste honkman. Denk eraan, de tweede honkman kan de bal afroepen op veel van deze grondballen

### B. Tweede honk -

1. Wie neemt het honk? – Communiceer met de korte-stop wie het honk neemt bij een aangooi van de achtervanger: open mond "jij", gesloten mond "mij".
2. "Ik heb 'm" – Op grondballen in de ruimte tussen de eerste honkman en de tweede honkman. Laat de eerste honkman weten waar je staat als tweede honkman, waardoor hij weet welke grondballen de tweede honkman makkelijk kan fielden.
3. "Ik heb 'm" – Tijdens het fielden van een grondbal voor een dubbelspel dicht bij het honk, waarbij de tweede honkman dichtbij genoeg is om zelf het 4-3 dubbelspel te maken. Dit geeft aan dat hij de bal en het honk pakt.
4. "Ik heb 'm" – Op grondballen in de ruimte tussen de korte-stop en de tweede honkman. Herinner de korte-stop dat hij voorrang heft op grondballen die door zowel de tweede honkman als de korte-stop kunnen worden gefield.
5. "Twee-twee of één-één" – Tegen de binnenvelder (speciaal de derde honkman en korte-stop) op een grondbal met twee nullen en een gedwongen loop naar het tweede honk. Als er geen actie op het tweede honk mogelijk is, moet de tweede honkman de bal direct naar het eerste honk gooien.

### C. Korte-stop -

1. Base coverage – Communiceer met de korte-stop wie het honk neemt bij een aangooi van de achtervanger: open mond "jij", gesloten mond "mij". Denk eraan, te wisselen bij langzame slagmensen.
2. "Ik heb 'm" – Op grondballen in de ruimte tussen de derde honkmanen de korte-stop.
3. "I may come to you" - Op grondballen in de ruimte tussen de derde honkmanen de korte-stop en een looper op het tweede honk. De korte-stop heeft de mogelijkheid om een gefielde bal naar het derde honk te gooien.



4. "Ik heb 'm'" – Bij een bal geslagen naar de werper. Denk eraan, het type grondbal kan de vooraf afgesproken afspraken wijzigen.
5. "Ik heb 'm'" – Op grondballen door het midden geslagen.
6. "Ik heb 'm'" - Tijdens het fielden van een grondbal voor een dubbelspel dicht bij het honk, waarbij de tweede honkman dichtbij genoeg is om zelf het 6-3 dubbelspel te maken. Dit geeft aan dat hij de bal en het honk pakt.
7. "Twee-twee of één-één" - Op een grondbal geslagen aan de rechterkant met twee nullen en een gedwongen loop naar het tweede honk. Als er geen actie op het tweede honk mogelijk is, moet de tweede honkman de bal irect naar het eerste honk gooien.
8. "Vijf-zes-drie" – Wanneer de tweede honkman iets over speelt in de ruimte tussen de eerste honkman en tweede honkman en niet op tijd bij het tweede honk kan zijn om een geslagen naar de derde honkman te kunnen verwerken.

D. Derde honk -

1. Geen communicatie – Grondballen in de ruimte tussen de derde honkman en de korte-stop. De derde honkman probeert iedere bal af te snijden in deze ruimte.
2. "Ik heb 'm'" – Op stootslagen tussen de werper en derde honkman in.
3. "Laat me iets weten" – Als de derde honkman inspeelt en er is een steelmogelijke. Herinner de korte-stop dat hij de derde honkman moet laten weten dat de looper het derde honk gaat stelen.