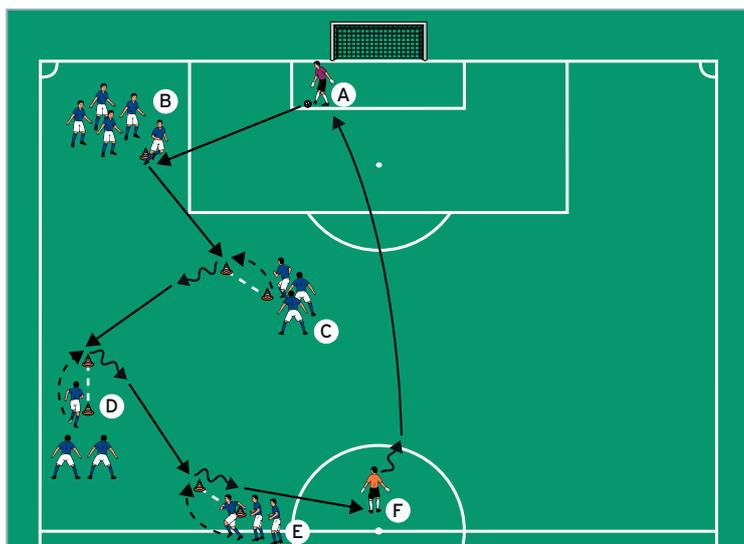


AUFWÄRMEN 1: Passkombinationen im Aufbauspiel

von Horst Hrubesch (23.08.2016)



Organisation

- Die Torhüter stellen sich im Strafraum sowie im Mittelkreis auf
- Dazwischen auf einer Seite des Feldes 4 Positionshütchen aufstellen
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Der Torhüter bei A hat 1 Ball

Ablauf

- Der Torhüter A passt auf B, der auf C weiterleitet.
- C nimmt kurz an und mit und spielt auf den entgegenstartenden D, der kurz an- un mitnimmt und auf E passt.
- Dieser kontrolliert das Zuspiel und passt auf Torhüter F weiter, der einen Flugball zurück auf Torhüter A spielt.
- Die Torhüter bleiben auf ihren Positionen A und F.
- Alle übrigen Spieler laufen nach ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position und stellen sich dort wieder an.

Variationen

- Die Torhüter laufen ihren Abspielen ebenfalls nach.
- Über die jeweils andere Seite spielen.

Tipps und Korrekturen

- Darauf achten, dass die Passempfänger den Zuspielen jeweils nach Blickkontakt aktiv entgegenstarten.
- Auf ein korrektes Timing beim Entgegenkommen achten.
- Nach dem Abspiel jeweils schnell zur neuen Position wechseln.