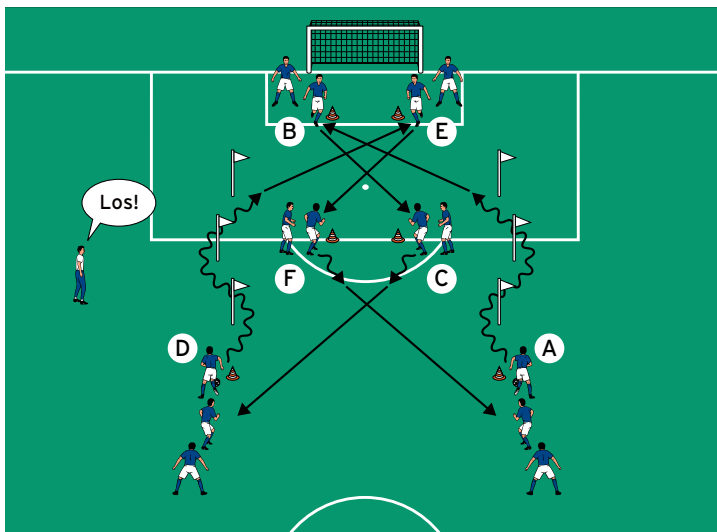


AKTIVE Ü20



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBELN UND PASSEN

von Armin Friedrich 13.06.2017

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 4 Hütchen entfernen
- ▶ Zusätzlich 2 Hütchen in der Feldmitte aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A und D umdribbeln die Stangen und passen zu B bzw. E.
- ▶ B bzw. E nehmen an und mit und spielen zu C bzw. F weiter.
- ▶ Die Passempfänger nehmen kurz an und mit und passen zu den jeweils nächsten Spielern bei D bzw. A usw.
- ▶ Die Spieler folgen ihren Zuspielen zur jeweils nächsten Position.

VARIATIONEN

- ▶ B und E müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ C und F müssen eine Finte ausführen, ehe sie zum jeweils nächsten Spieler bei D bzw. A passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit höchstmöglichem Tempo um die Stangen dribbeln.
- ▶ Präzise Pässe in den Fuß der Mitspieler fordern.
- ▶ Möglichst mit dem ersten Kontakt in die Vorwärtsbewegung an- und mitnehmen.