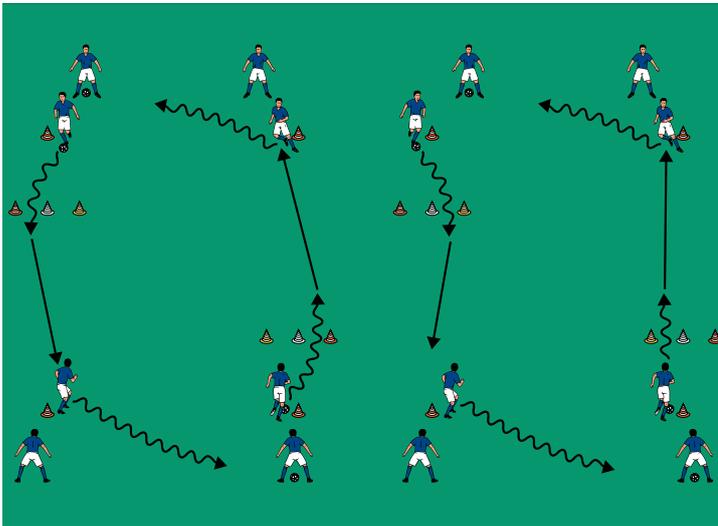


B-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

FARB-KOPIE

ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen 2 Felder markieren
- ▶ Mit farbigen Hütchen in jedem Feld jeweils 2 Doppeltore errichten
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler in gleicher Anzahl auf die acht Hütchen aufteilen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer legt die jeweiligen Starthütchen fest.
- ▶ Der Startspieler dribbelt ins Feld und wählt anschließend ein Hütchentor.
- ▶ Der diagonal gegenüberstehende Spieler dribbelt kurz darauf ins Feld und wählt das Hütchentor in derselben Farbe.
- ▶ Nach dem Dribbling durch das Hütchentor passen die Spieler zu den nachfolgenden Spielern, die zur nächsten Position dribbeln.

VARIATIONEN

- ▶ Das Tempo steigern und die Durchgänge schneller starten lassen.
- ▶ Durch das eine Hütchentor vorlegen und das andere durchlaufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen kurz hintereinander ins Feld dribbeln.
- ▶ Der Spieler muss den Kopf oben behalten, um das richtige Hütchentor zu erkennen.