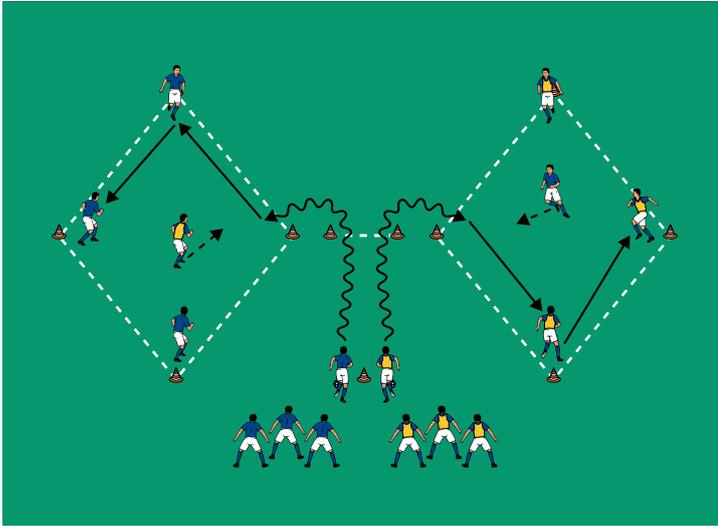


## THEMA: GEZIELT DRIBBELN, UM GEGENSPIELER ZU BINDEN



### AUFWÄRMEN 2:

#### SCHNELLES 4 GEGEN 1

##### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Zusätzlich zwischen den Feldern eine Hütchenlinie markieren
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler jeweils auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen haben Bälle

##### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die Startspieler über die Hütchenlinie.
- ▶ Anschließend dribbeln sie auf die freie Position in der Raute und starten hier das 4 gegen 1.
- ▶ Welche Mannschaft spielt zuerst 10 Pässe in den eigenen Reihen?

##### VARIATIONEN

- ▶ Der Spieler, der zuerst die Hütchenlinie überdribbelt, erhält 2 Pässe gutgeschrieben.
- ▶ Die Dribbelspieler müssen eine Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Zwischen den Feldern einen kleinen Slalomparcours errichten, der zunächst absolviert werden muss.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das beliebte 'Ecke-Spiel' wird um ein kurzes Tempodribbling erweitert.
- ▶ Nach jeder Aktion wechseln die jeweiligen Startspieler mit einem Spieler aus der Raute die Positionen und Aufgaben.