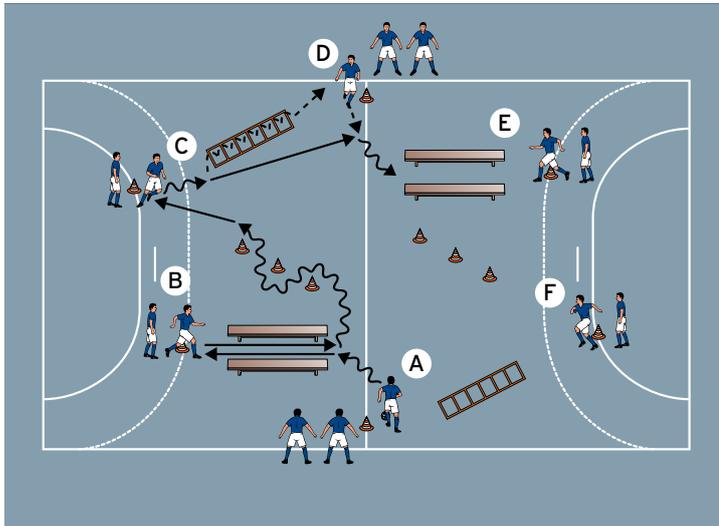


THEMA: PASSTRAINING IN DER HALLE



AUFWÄRMEN 2:

PASSEN DURCH KORRIDORE II

ORGANISATION

- ▶ Den Parcours beibehalten
- ▶ Zwischen den Langbänken und den nächsten Positionshütchen zusätzlich 3 Hütchen platzieren.
- ▶ Die Spieler an den Stationen verteilen.

ABLAUF

- ▶ A dribbelt zu den Langbänken und spielt durch den Korridor zu B, der durch den Korridor wieder zurückpasst.
- ▶ Anschließend dribbelt A durch den Hütchen-slalom und passt auf C.
- ▶ C nimmt zur Leiter mit, passt zu D und durchläuft das Koordinationselement.
- ▶ D dribbelt zu den Langbänken usw.
- ▶ Alle Spieler gehen eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Zwei Torhüter als zusätzliche Station im Tor positionieren, sodass A und D sie anspielen können.
- ▶ Die Hütchen im Slalom umlaufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beidfüßig dribbeln.
- ▶ Den Pass stets in die Bewegung mitnehmen.