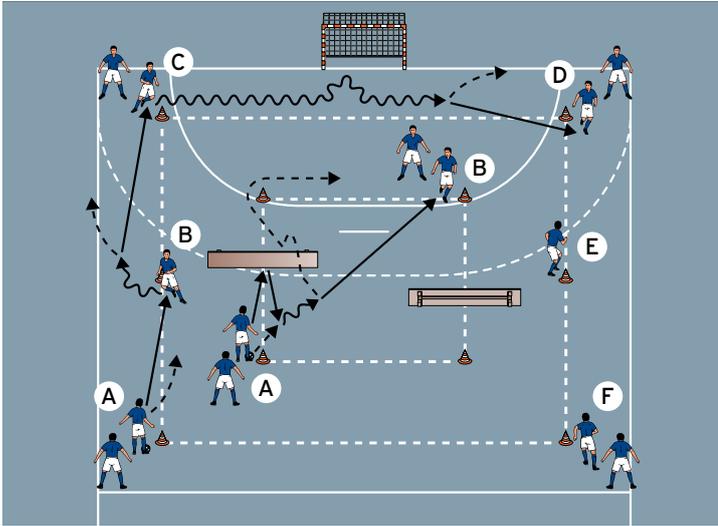


## THEMA: TAKTIKTRAINING IN DER HALLE



### AUFWÄRMEN 1:

#### DOPPEL-AKTION

##### ORGANISATION

- ▶ In einer Hälfte 1 großes Feld mit 1 inneren Feld markieren
- ▶ Im äußeren Feld mittig der Seitenlinien 1 Positionshütchen platzieren
- ▶ Im inneren Feld 2 Bänke umgekippt an den Seitenlinien errichten
- ▶ Die Spieler den Positionen zuordnen

##### ABLAUF

- ▶ Im äußeren Feld spielt A zu B.
- ▶ B dreht sich auf und passt zu C
- ▶ C nimmt in die Bewegung mit, baut eine Finte in sein Dribbling und spielt zu D.
- ▶ D passt zu E.
- ▶ E passt zu F.
- ▶ F nimmt zu A an und mit.
- ▶ Im kleinen Feld spielt A einen Doppelpass mit der Bank und passt zu B.
- ▶ Anschließend springt A über die Bank.
- ▶ B startet den nächsten Durchgang
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.
- ▶ Nach 2 Minuten wechseln die Spieler im inneren Feld.

##### VARIATIONEN

- ▶ Im äußeren Feld mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ Der Trainer gibt die Finten vor.
- ▶ Die Spieler bauen Übungen des Lauf ABCs ein.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Tempo mit zunehmender Dauer steigern.
- ▶ Durch die 2 Felder entstehen kürzere Wartezeiten und die Spieler sind stets in Bewegung.
- ▶ Den Pass in den weiten Fuß spielen.