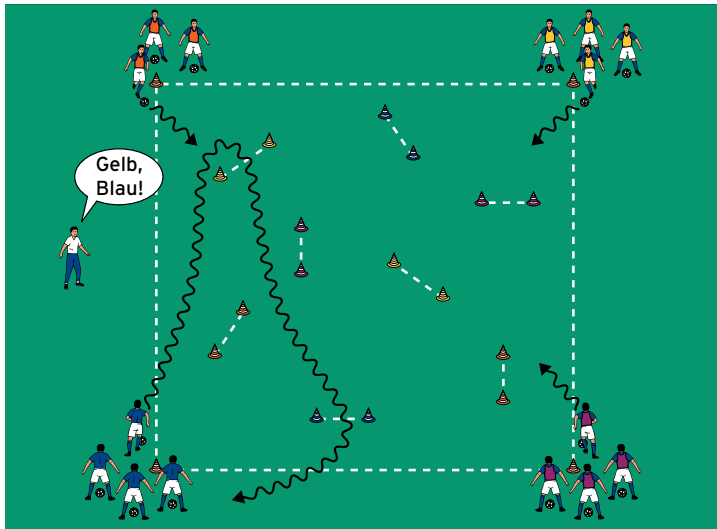


THEMA: MIT TEMPO INS DRIBBLING



AUFWÄRMEN 1:

HÜTCHENTOR-RENNEN

ORGANISATION

- ▶ Ein 25 x 25 Meter großes Feld aufbauen
- ▶ Im Feld 8 verschiedenfarbige Hütchentore aufstellen (je 2 Hütchentore pro Farbe)
- ▶ 4 Teams einteilen und jeweils an einem Starthütchen postieren
- ▶ Jeder Spieler hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Farbkombination.
- ▶ Die ersten Spieler durchdribbeln je ein Tor der genannten Farbe und kehren zum Starthütchen zurück.
- ▶ Der Sieger erhält 1 Punkt für sein Team.

VARIATIONEN

- ▶ Jeweils beide Tore der genannten Farben durchdribbeln.
- ▶ Nur mit der Innen- oder Außenseite dribbeln.
- ▶ 2 Spieler pro Team starten gleichzeitig.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Hütchentore so platzieren, dass die Laufwege für alle Teams in etwa gleich sind.
- ▶ Technische Fehler im Dribbling konsequent korrigieren.