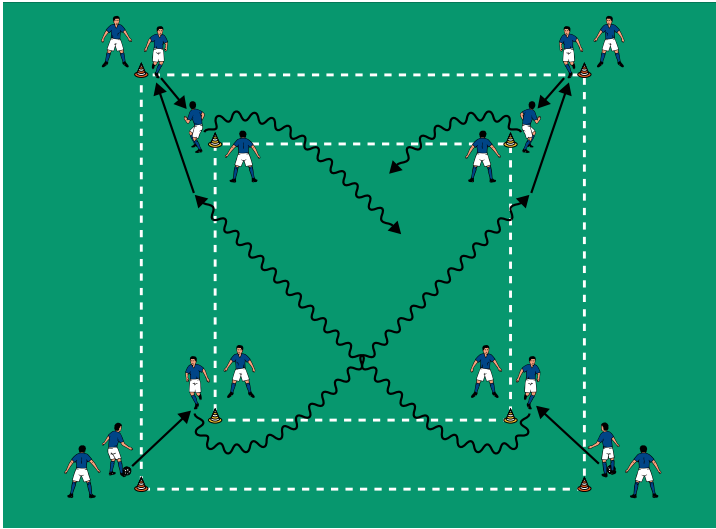


THEMA: IM 1 GEGEN 1 AM FLÜGEL DURCHSETZEN



AUFWÄRMEN 2:

KREUZ-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Je 2 Spieler an jedem Hütchen postieren
- ▶ Der erste Spieler an jedem Eckhütchen des Außenquadrates hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler an den Eckhütchen des Außenquadrates passen gleichzeitig auf ihre Mitspieler an den jeweiligen Innenhütchen.
- ▶ Die Passempfänger kontrollieren die Zuspiele und dribbeln durch das Innenquadrat zur diagonal gegenüberliegenden Seite.
- ▶ Vom Eckhütchen des Innenquadrates passen sie auf den jeweils nächsten Mitspieler am äußeren Hütchen, der sofort zurück zum inneren Hütchen prallen lässt und so die nächste Aktion startet usw.
- ▶ Alle Spieler laufen ihren Abspielen nach.

VARIATIONEN

- ▶ Nur die Spieler an 2 äußeren Hütchen starten gleichzeitig.
- ▶ In der Mitte des Innenquadrates ein zusätzliches Hütchen errichten: Die Spieler, die durch das Feld dribbeln, müssen jeweils vor dem Hütchen eine Finte ausführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf die Genauigkeit der Pässe nach dem Dribbling achten!
- ▶ Vor dem Abspiel den Blickkontakt zum Mitspieler suchen!
- ▶ Mit möglichst hohem Tempo durch das Feld dribbeln. Trotzdem auf eine enge Ballführung achten, um Zusammenstöße mit den entgegenkommenden Spielern zu vermeiden.