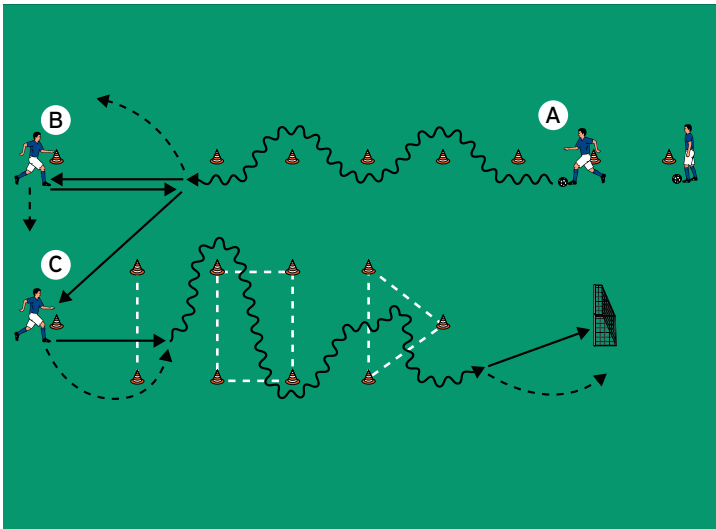


## THEMA: DRIBBLING



### TRAININGSFORM 2:

#### TECHNIK-RUNDLAUF

##### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 1 Minitor errichten und den Technikparcours gemäß Abbildung anpassen
- ▶ Die Spieler an den Startpositionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei Position A haben Bälle.

##### ABLAUF

- ▶ A dribbelt durch den Slalom, spielt einen Doppelpass mit B und passt zu C, der durch das vor ihm liegende Hütchentor passt und dieses umläuft.
- ▶ Anschließend nimmt er zum Hütchenfeld mit und umläuft dort 2 Hütchen.
- ▶ Danach dribbelt C ins Hütchendreieck, führt eine frei wählbare Finte aus und passt ins Minitor.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position vor.

##### VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb I: Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Wettbewerb II: Können die Spieler die Gesamtzahl der Treffer aus dem vorherigen Durchgang übertreffen?
- ▶ Der Trainer gibt die Finten vor.
- ▶ C erhält nach dem Ablauf noch ein Zuspiel vom nächsten Spieler bei A und schießt erneut auf das Minitor ab.
- ▶ Den Dribbelweg im Hütchenquadrat variieren.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Finten beidfüßig ausführen.
- ▶ Den Ball durch eine enge Ballführung stets unter Kontrolle behalten. Genauigkeit vor Schnelligkeit!
- ▶ Auf ein präzises und in der Schärfe angemessenes Passspiel achten.