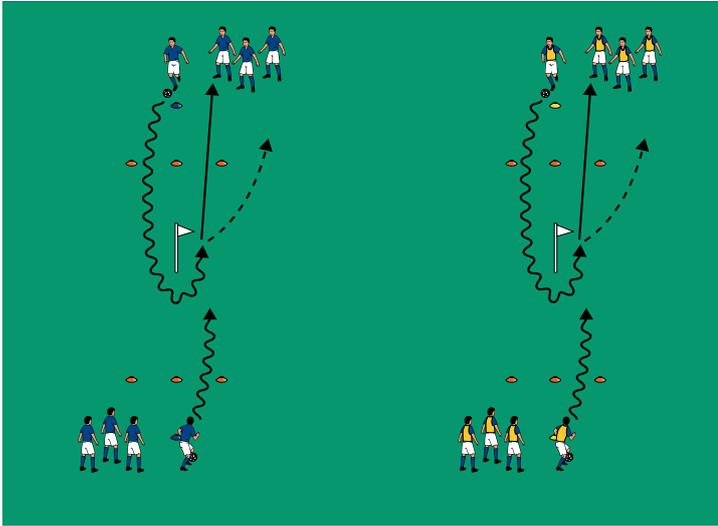


THEMA: DEN HUNGER AUF FUSSBALL IM STATIONSTRAINING STILLLEN



AUFWÄRMEN 2:

DOPPEL-PASS-STATIONEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Mittig zwischen den Slaloms je 1 Stange aufstellen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler haben 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler dribbeln durch das rechte Hütchentor des Slaloms, umdribbeln die Stange und passen durch das andere Hütchentor zum nächsten Spieler.
- ▶ Anschließend laufen die Spieler zum Starthütchen zurück.

VARIATIONEN

- ▶ Das Hütchentor durchlaufen, die Stange umlaufen, ein Zuspiel vom nächsten Spieler fordern und zurückdribbeln.
- ▶ Ablauf wie in der Variation zuvor, doch den zugepielten Ball klatschen lassen, die Stange nochmals umlaufen und ein erneutes Zuspiel fordern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ablauf auch über die linke Seite durchführen.
- ▶ Die Größe der Hütchentore dem Leistungsstand der Spieler anpassen.