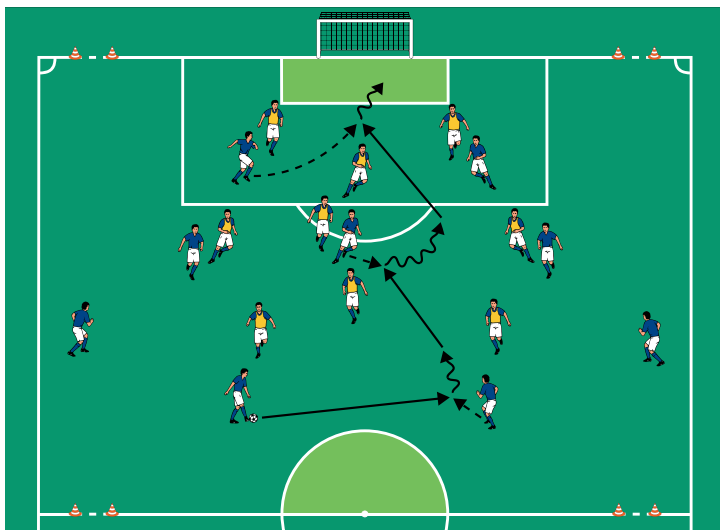


THEMA: FUSSBALLSPEZIFISCHES AUSDAUERTRAINING



SCHLUSSTEIL:

SPIEL AUF DRIBBELZONEN UND HÜTCHENTORE

ORGANISATION

- ▶ Auf den Grundlinien einer Spielfeldhälfte je 2 Hütchentore errichten
- ▶ Zusätzlich den Torraum und den halben Mittelkreis als Dribbelzonen markieren
- ▶ 2 Mannschaften bilden

ABLAUF

- ▶ 9 gegen 9 auf die Hütchentore und die Dribbelzonen.

VARIATIONEN

- ▶ Mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Hütchentore und Dribbelzonen entfernen. 2 Tore mit Torhüter markieren. Zum Schluss freispielen lassen!

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zielstrebig in die beiden Zonen dribbeln!
- ▶ Ist ein erfolgreiches Dribbling nicht möglich, schnell über die Flügel spielen, um alternativ einen Treffer auf die äußeren Hütchentore erzielen zu können.