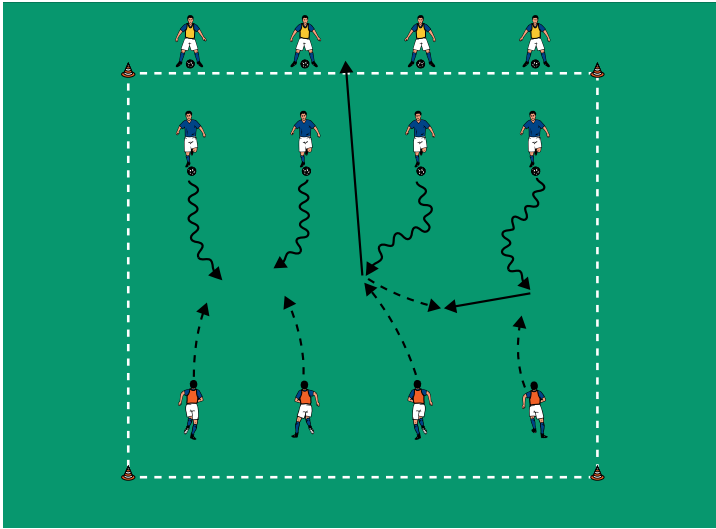


## THEMA: IM STATIONSTRAINING ALLE TECHNIKEN VERBESSERN



### AUFWÄRMEN 2:

#### DRIBBEL-PASS-SPIEL

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ 3 Teams bilden
- ▶ 2 Teams mit Bällen an einer Grundlinie und das dritte Team an der anderen postieren

##### ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer des ersten Teams dribbeln als Angreifer ins Feld.
- ▶ Die Spieler des Teams ohne Ball laufen als Verteidiger ins Feld und versuchen, die Bälle der Angreifer zu erobern und aus dem Feld zu spielen.
- ▶ Verliert ein Angreifer seinen Ball, so kann er mit seinen Mitspielern zusammenspielen.
- ▶ Die Teams wechseln Positionen und Aufgaben, sobald alle Bälle verspielt wurden.

##### VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer starten mit 2 Bällen ins Feld.
- ▶ Die Angreifer spielen zunächst einen Doppelpass mit den Verteidigern.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team ist am längsten in Ballbesitz?

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Durchgang endet, wenn kein Ball mehr im Feld ist.
- ▶ Die Aufgaben und Positionen zügig wechseln.
- ▶ Gegebenenfalls das Feld vergrößern, sollten die Angreifer zu schnell die Bälle verlieren.