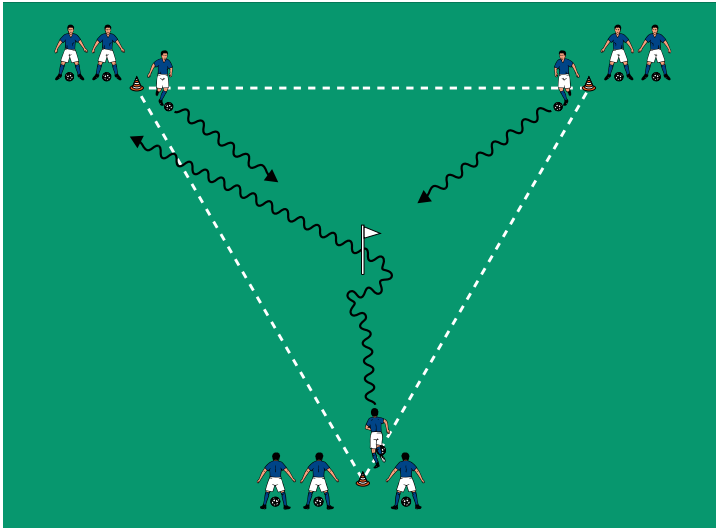


THEMA: VORTEILE FÜR DEN DRIBBLER SCHAFFEN



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBEL-DREIECK

ORGANISATION

- ▶ 1 Dreieck mit 20 Meter Seitenlinie errichten.
- ▶ Mittig im Dreieck eine Stange aufstellen.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler dribbeln gleichzeitig auf die Stange zu, kappen nach links an der Stange vorbei und dribbeln zum nächsten Starthütchen.
- ▶ Anschließend starten die nächsten Spieler usw.
- ▶ Nach einigen Durchgängen nach rechts abkappen.

VARIATIONEN

- ▶ Vor der Stange abkappen.
- ▶ Vor der Stange eine Finte durchführen.
- ▶ Vor der Stange zurückkappen und zum Starthütchen zurückdribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die ersten Spieler sollen sich abstimmen und immer gleichzeitig starten.
- ▶ Rechtzeitig vor der Stange abkappen.
- ▶ An der Stange zu freien Räumen orientieren und Mitspielern ausweichen.