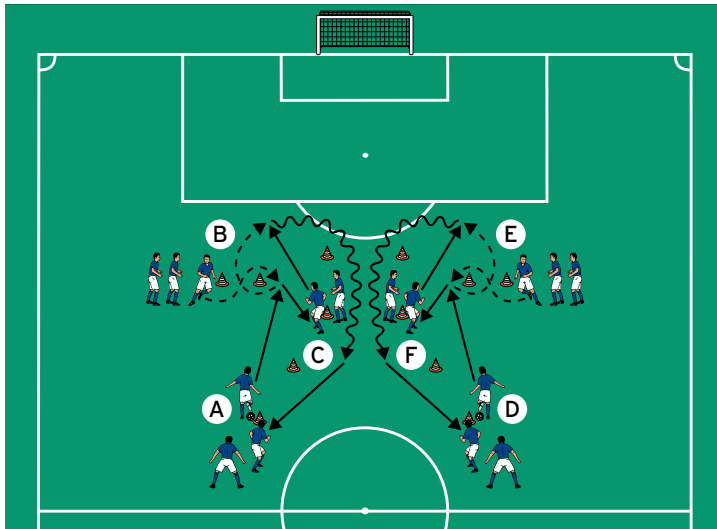


A-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND DRIBBELN

von Ralf Peter (16.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Einen Parcours aufbauen
- ▶ Die Spieler auf den Stationen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt auf den durch die Hütchen entgegenkommenden B, der auf C passt und sich direkt dreht, durch das Hütchentor läuft und den Pass von C in den Lauf gespielt bekommt.
- ▶ B nimmt an und mit und spielt zum jeweils nächsten Spieler bei A.
- ▶ Gleicher Ablauf bei D, E und F.
- ▶ Alle Spieler rücken nach jeder Aktion eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Direkte Pässe spielen.
- ▶ B bzw. E lassen abschließend erneut auf C bzw. F prallen, die zu den jeweils nächsten Spielern bei A bzw. D weiterleiten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf die schnelle Drehung nach dem Prallen lassen bei B und E achten.
- ▶ B und E haben während der Drehung den Ball immer im Blick.