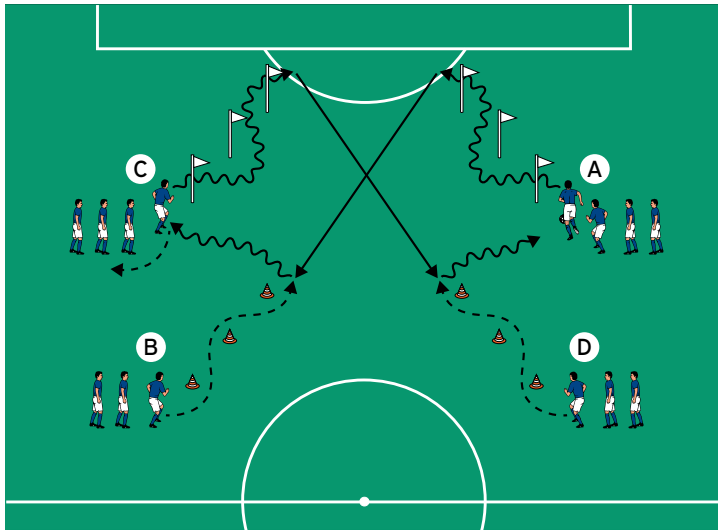


## THEMA: KOMBINIERTES TECHNIKTRAINING: DRIBBELN, PASSEN, SCHIESSEN



### AUFWÄRMEN 2:

#### DRIBBELN UND PASSEN II

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

##### ABLAUF

- ▶ A umdribbelt die Stangen im Slalom und passt auf den gleichzeitig um die Hütchen startenden B.
- ▶ B dribbelt zu C und übergibt dort an den jeweils ersten Spieler.
- ▶ Dieser dribbelt ebenfalls im Slalom um die Stangen und passt auf den gleichzeitig um die Hütchen startenden D.
- ▶ D dribbelt zu A, übergibt dort an den jeweils nächsten Spieler, der ebenfalls startet usw.

##### VARIATIONEN

- ▶ B bzw. D kontrollieren die Zuspiele nur kurz und passen dann zu C bzw. dem jeweils nächsten Spieler bei A.
- ▶ Die letzten Stangen in den Slalomparcours mit engen Kappbewegungen vollständig umrunden, ehe die Ballbesitzer zum jeweils nächsten Spieler auf der diagonal gegenüberliegenden Seite passen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beidfüßig um die Stangen dribbeln.
- ▶ Auf ein gut getimtes Entgegenstarten von B und D achten.
- ▶ Blickkontakt vor den Zuspielen fordern.