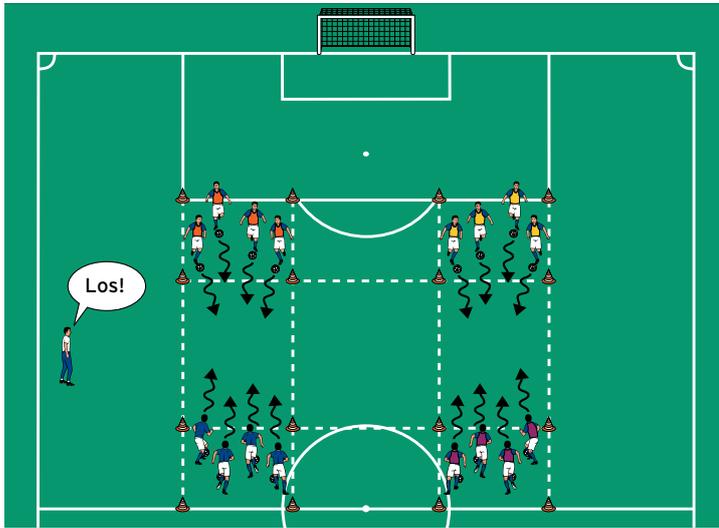


## THEMA: SCHNELL IN DIE TIEFE KOMBINIEREN



### AUFWÄRMEN 2:

#### DRIBBELN IN VERSCHIEDENEN FELDERN

##### ORGANISATION

- ▶ Die Mannschaften beibehalten
- ▶ Zwischen Strafraum und Mittellinie ein 25 x 25 Meter großes Feld markieren
- ▶ In den Ecken vier 10 x 10 Meter große Eckfelder abstecken
- ▶ Die Teams jeweils mit Bällen in den Eckfeldern aufstellen

##### ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei in ihren Eckfeldern.
- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln sie jeweils aus ihren Eckfeldern heraus und dribbeln in den jeweiligen Außenfeldern durcheinander.
- ▶ Auf ein weiteres Trainerkommando kehren die Spieler wieder in ihre Eckfelder zurück.

##### VARIATIONEN

- ▶ Auf das Trainerkommando "Mitte" alle Spieler ins zentrale Feld und dribbeln dort kreuz und quer umher.
- ▶ Nur 1 Ball pro Gruppe: Die Spieler passen sich jeweils in den Feldern zu.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Verschiedene Dribbelarten vorgeben (z. B. rechts/links, Innen-/Außenseite usw.).
- ▶ Stets den Blick vom Ball heben, um nicht mit entgegenkommenden Spielern zusammenzustoßen.