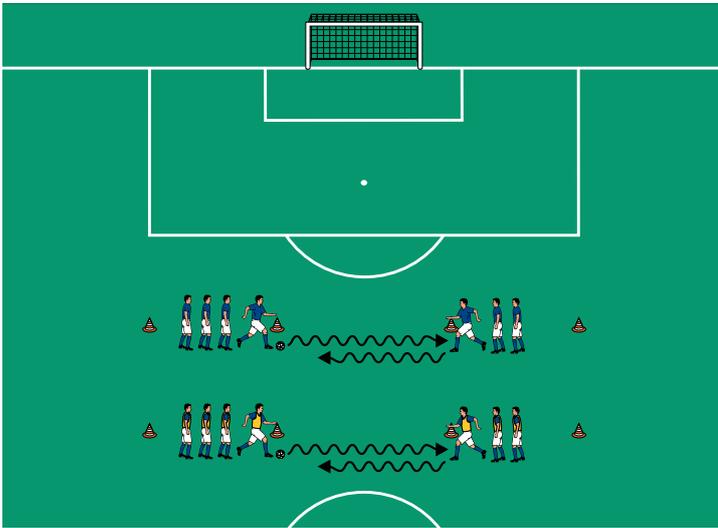


THEMA: RAUMÜBERWINDENDES DRIBBLING



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBELPENDELSTAFFEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Den Raum zwischen den beiden Rechtecken benutzen
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler auf einer Seite haben 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Ballbesitzer und dribbeln zur gegenüberliegenden Seite.
- ▶ Dort übergeben sie an die jeweils nächsten Spieler, die ebenfalls starten usw.
- ▶ Welche Mannschaft steht zuerst wieder in ihrer Grundaufstellung.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen zusätzlich einen Ball in der Hand tragen und übergeben.
- ▶ Die Spieler müssen mit dem fünften Kontakt zur jeweils anderen Seite passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Staffelwettbewerb erfordert, dass die Spieler jeweils gut erwärmt sind.
- ▶ Auf eine enge Ballführung beim Dribbling achten.
- ▶ Die Übergaben müssen nah an den Hütchen stattfinden.