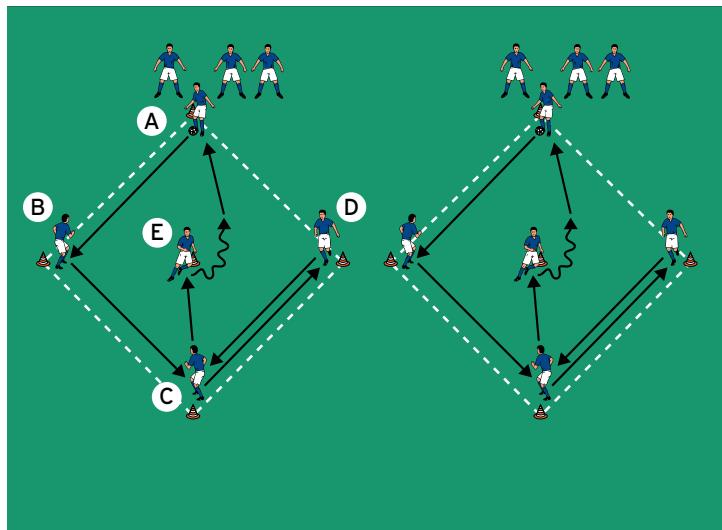


THEMA: FLACHE ZUSPIELE MIT DEM RÜCKEN ZUM TOR KONTROLIEREN



AUFWÄRMEN 2:

KONTROLL-RAUTEN II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen beibehalten
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der das Zuspiel auf C weiterleitet.
- ▶ C spielt zu D, der das Zuspiel prallen lässt.
- ▶ C passt daraufhin zu E, der aufdreht und die Aktion mit einem Pass zum jeweils nächsten Spieler bei A abschließt.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe absolviert die Aufgabe zuerst (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung)?
- ▶ B, C und D müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Da die Ballan- und -mitnahme in dieser Trainingseinheit im Mittelpunkt steht, sollten die Spieler mit mehreren Kontakten spielen.
- ▶ Auf flache und möglichst scharfe Zuspiele achten.