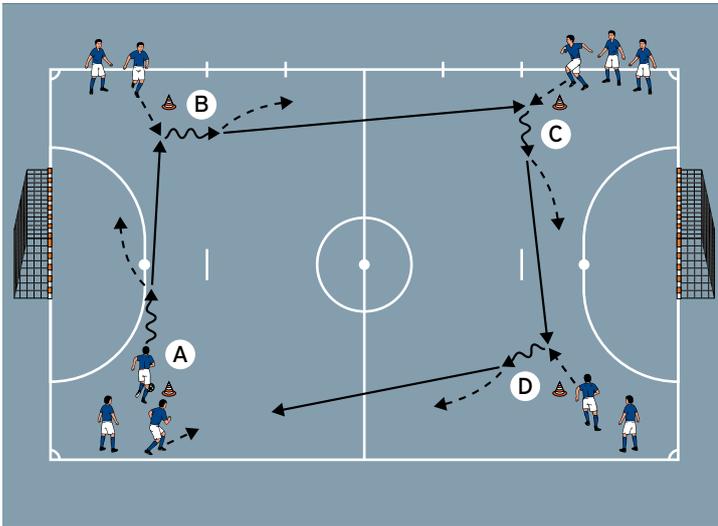


THEMA: IM WINTER AUCH MAL FUTSAL TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 2:

FUTSAL-TECHNIK IM VIERECK

ORGANISATION

- ▶ Ein Passviereck markieren
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A dribbelt kurz an und passt zu B, der zur Seite an- und mitnimmt und weiter auf C spielt.
- ▶ C nimmt ebenfalls zur Seite an und mit und spielt zu D, der zum jeweils nächsten Spieler bei A passt usw.
- ▶ Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

VARIATIONEN

- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Im Direktspiel agieren.
- ▶ Die Spielrichtung ändern.
- ▶ Die Passkombination variieren: A passt zu B, der diagonal auf D weiterleitet. D passt auf C, der diagonal zum jeweils nächsten Spieler bei A spielt. Alle Passgeber laufen jeweils im Uhrzeigersinn eine Position weiter.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein angemessenes Pass-Timing bei kurzen und langen Zuspielen achten.
- ▶ Präzise Zuspiele in den Fuß des Mitspielers fordern.
- ▶ Mit dem ersten Kontakt in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen und möglichst sofort weiterpassen.