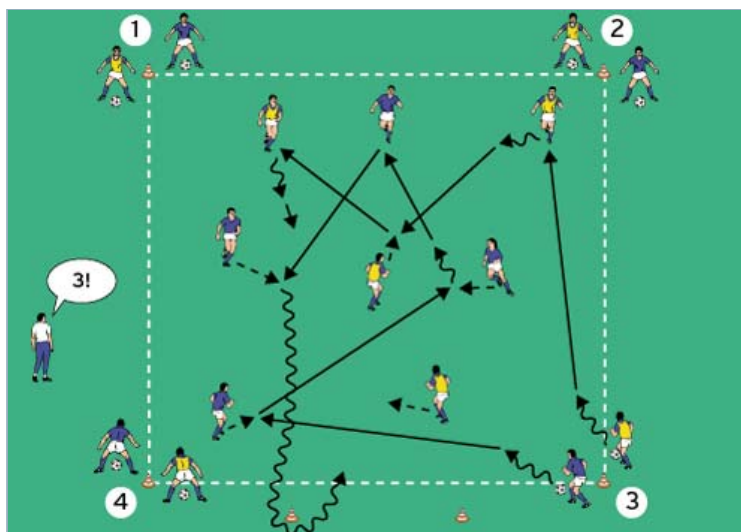


AUFWÄRMEN 2: Ziel-Dribbling

von Frank Engel (06.05.2014)



Organisation

- Den Grundaufbau und die Gruppen beibehalten
- Jede Gruppe stellt 4 nummerierte Startspieler, die sich jeweils an den Eckhütchen postieren
- Zusätzlich 2 Zielhütchen aufstellen

Ablauf

- Der Trainer startet durch Zuruf einer Zahl die Aktion.
- Die aufgerufenen Startspieler dribbeln ins Feld und passen zu einem Mitspieler.
- Anschließend passen sich die Spieler so in ihrer Gruppe zu, dass jeder Spieler mindestens ein Zuspiel erhält.
- Der Empfänger des letzten Passes dribbelt aus dem Feld, um eines der Zielhütchen und dann ins Feld zurück.
- Der Spieler, der das Feld zuerst erreicht, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

Variationen

- Der Empfänger des dritten Passes dribbelt aus dem Feld.
- Auf dem Weg zum Zielhütchen müssen die Spieler eine Finte ins Dribbling einbauen.

Tipps und Korrekturen

- Die Aktion läuft von Beginn an als Wettspiel ab.
- Der Spieler, der das Zielhütchen umdribbelt hat, wechselt anschließend mit dem aufgerufenen Startspieler Position und Aufgabe.
- Die Spieler dürfen jeweils nicht das gleiche Zielhütchen umdribbeln.