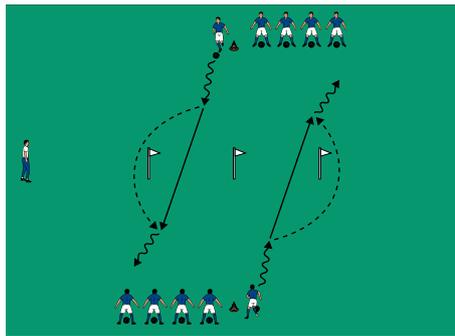


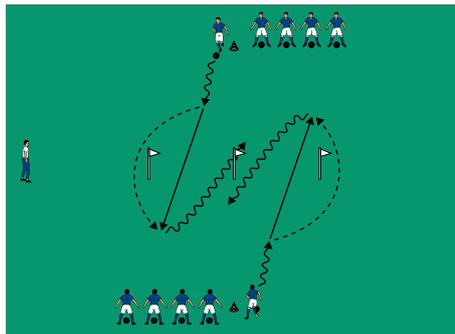
THEMA: AUF TEMPO KOMMEN



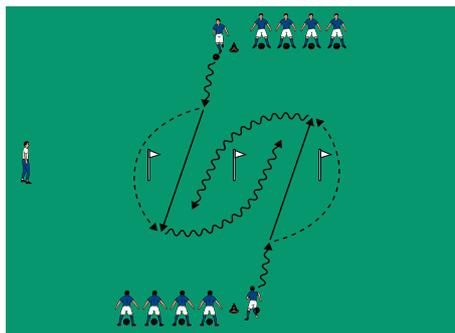
Übung 1



Übung 2



Übung 3



AUFWÄRMEN 2:

PASS-SPRINT

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten.

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die jeweils ersten Spieler durchspielen und umlaufen das rechte Stangentor zum Starthütchen gegenüber.

ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Wie Übung 1, nun jedoch den gespielten Ball hinter dem Stangentor stoppen und durch dieses zurück zum Starthütchen dribbeln.

ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Wie Übung 2, nun jedoch durch das andere Stangentor dribbeln und zum Starthütchen zurückkehren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer zunächst jeden Durchgang mit einem Kommando starten.
- ▶ Das Stangentor deutlich durchspielen (mutig sein!) und dem Ball im Sprint nachstarten.
- ▶ Bei jedem Durchgang mit möglichst wenigen Kontakten agieren.