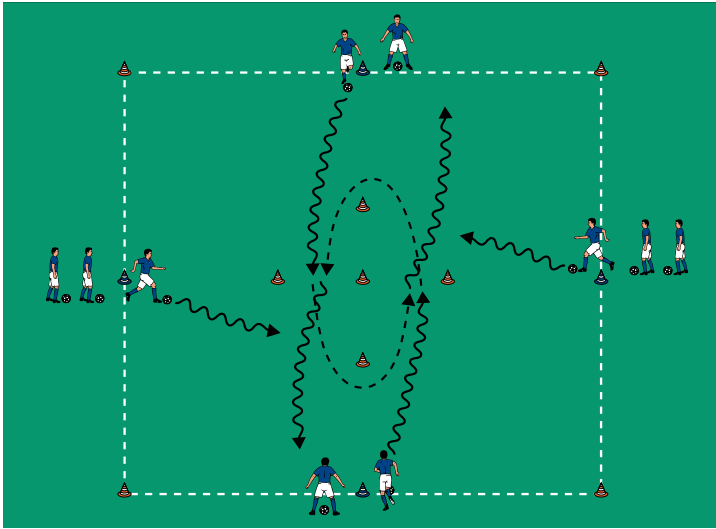


THEMA: JEDEM SPIELER DEN SPASS AM DRIBBELN VERMITTELN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL-KREUZ 2 (FIRST TOUCH)

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen postieren.

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler dribbeln ins jeweils rechte Hütchentor des Dribbel-Kreuzes und stoppen den Ball.
- ▶ Anschließend umlaufen sie das vordere Hütchen ins linke Hütchentor und dribbeln mit dem dort gestoppten Ball zum Starthütchen zurück.

VARIATIONEN

- ▶ Zum Starthütchen gegenüber dribbeln.
- ▶ Zum rechten/linken Starthütchen dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball sicher mit der Fußsohle im Hütchentor stoppen, sodass er nicht mehr rollt.
- ▶ Auf den ersten Kontakt bei der Mitnahme des liegenden Balles ins Dribbling achten.
- ▶ Im Dribbel-Kreuz zu freien Räumen orientieren und Mitspielern ausweichen.