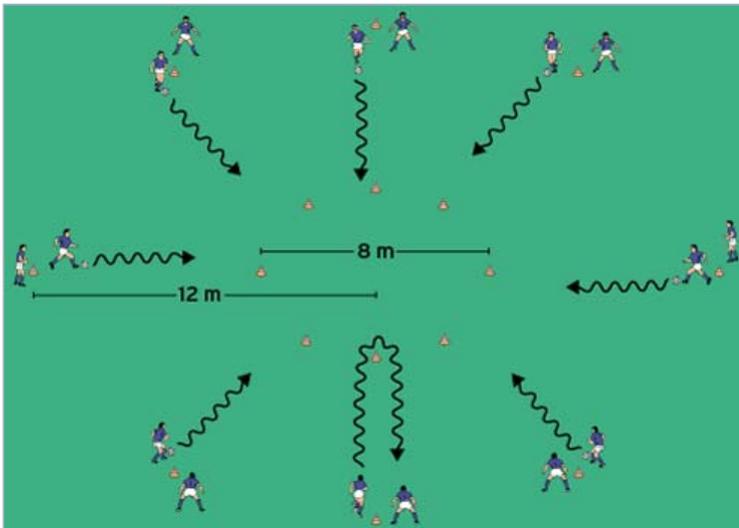




B- UND A-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 1: Dribbeln und Passen im Doppelstern

von Ralf Peter (09.10.2012)



Organisation

- Mit jeweils 8 Hütchen einen äußeren und einen inneren Kreis errichten
- Je 2 Spieler mit 1 Ball an den Außenhütchen postieren

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler umdribbeln das innere Hütchen.
- Anschließend dribbeln sie zurück zum Starthütchen und übergeben den Ball dort an den jeweils anderen Spieler, der ebenfalls startet usw.

Variationen

- Das innere Hütchen umdribbeln und von dort zum jeweils anderen Spieler passen.
- Je 1 Spieler am äußeren und inneren Hütchen postieren. Die Partner passen sich jeweils mit der Innenseite zu.
- Im Direktspiel zupassen.

Tipps und Korrekturen

- Beim Dribbling auf eine enge Ballführung achten: Möglichst mit jedem Schritt den Ball berühren!
- Beim Passen vom inneren Hütchen darauf achten, dass die Spieler nach einer schnellen Drehung um das innere Hütchen jeweils möglichst präzise zupassen.

Sie wurden neu in ein Vorstandsamt gewählt und wissen noch nicht so recht, worauf Sie sich damit eingelassen haben. In unserem Themenschwerpunkt im Oktober 2012 haben wir für Sie die wichtigsten Schritte und Aufgaben zusammengefasst. So haben Sie eine Orientierung, welche spannenden Aufgaben in Ihrem Amt auf Sie warten. Sie finden umfassende Tätigkeitsprofile vom Vereinsvorsitzenden bis zum Schatzmeister und hierzu jeweils zusätzlich zahlreiche praxisnahe Tipps. Schicken Sie uns auch bitte Anregungen und Fragen zum Thema 'Neu im Amt' an training-wissen@dfb.de.