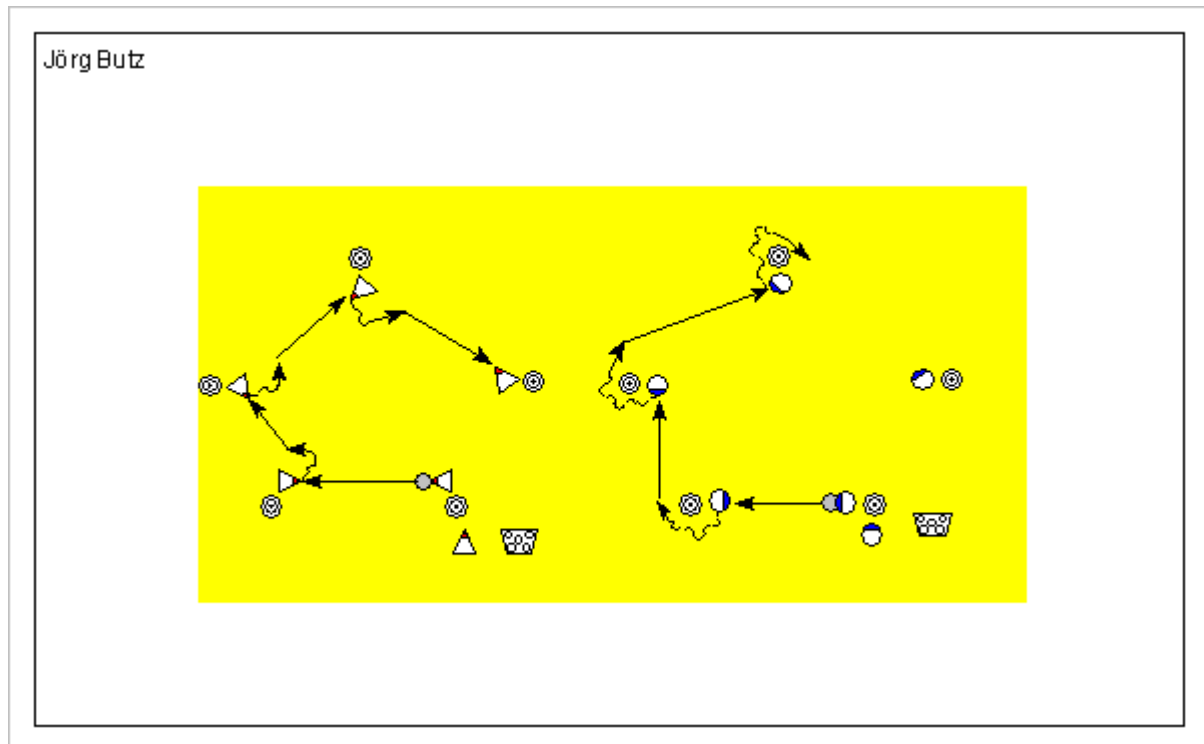


Technik - Training Passen



Organisation

2 Fünfecke nebeneinander markieren

An den Eckpunkten jeweils einen Spieler ohne Ball postieren

Ein weiterer Spieler mit Ball steht an einem Eckpunkt

An- und Mitnahme im Fünfeck I

Ablauf

Übung 1

Der Spieler mit Ball passt im Uhrzeigersinn zum nächsten Spieler.

Dieser nimmt den Ball nach innen mit und passt nach einem kurzen Dribbling zum nächsten Spieler usw.

Nach jedem Abspiel wechseln die Spieler eine Station weiter.

Nach 5 Minuten Richtungswechsel.

Übung 2

Gleicher Ablauf wie bei Übung 1, nur wird der Ball nach außen um das Hütchen an- und mitgenommen.

Variationen

Auftaktbewegung: Der anzuspielende Spieler startet kurz weg, bricht ab und kommt entgegen.

Vor der Ballan- und -mitnahme fintieren die Spieler per Ausfallschritt.