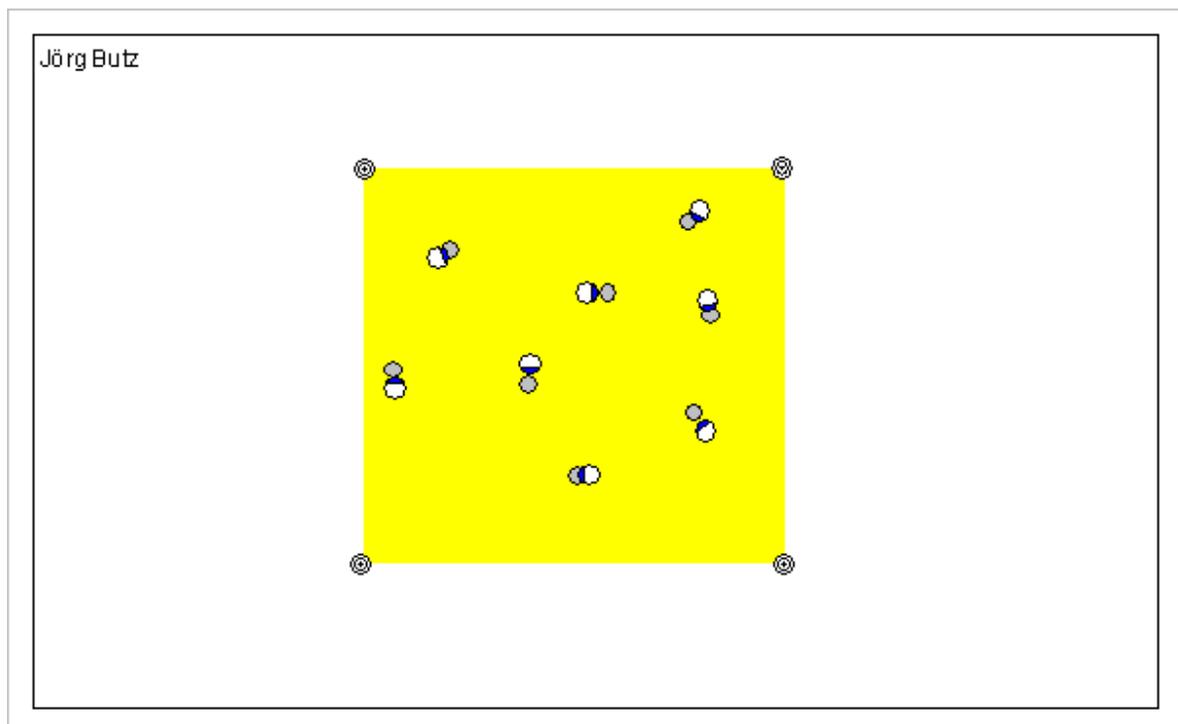


## Technik - Training Dribbling



### Organisation der Übung

Mit Hütchen ein Feld markieren  
Spieler mit Ball im Feld postieren

### Aufwärmen

#### Ballgewöhnung

**Übung 1:** Freies Dribbling im Raum

**Übung 2:** Vorhand - Rückhanddribbling, Ind. Dribbling, Pakistanisches Dribbling im Raum mit Richtungsveränderungen

**Übung 3:** Verschiedene Jonglier - Aufgaben durchführen und dabei Wettbewerbe einbauen (wer schafft 20, 30 Ballkontakte?)