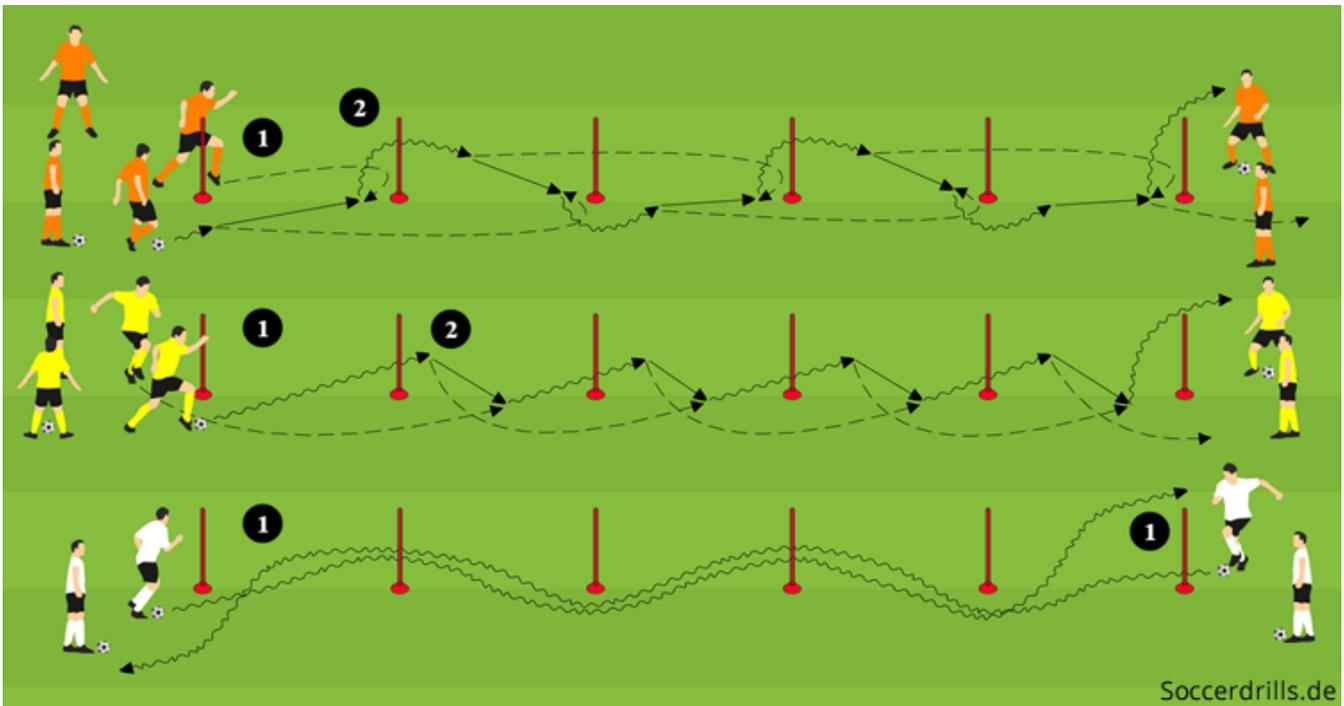


Dribbling - Partner-Slaloms



Organisation:

- Wir stellen 6 Slalomstangen (alternativ: Hütchen) in einem Abstand von 4 bis 5 Metern auf.
- Um Wartezeiten zu vermeiden, sollte bei größeren Trainingsgruppen ein weiterer Parcours aufgebaut werden.
- Soll der Ablauf von beiden Seiten durchgeführt werden, werden zwei Teams eingeteilt.
- Viele Bälle werden benötigt.

Ablauf Team Orange:

1. Der Spieler ohne Ball übernimmt die Position an der ersten Stange und dreht sich zum Passempfänger mit Blickrichtung zum Startspieler. Der Startspieler dribbelt etwas später los und passt zum Mitspieler.
2. Der Passempfänger kontrolliert den Ball und zieht mit dem gegnerentfernten Fuß um die Stange herum. Anschließend passt er zum Startspieler, der die Position an der zweiten Stange blitzschnell eingenommen hat. So geht es immer weiter.

Ablauf Team Gelb:

1. Der Startspieler dribbelt durchs Stangentor, der Mitspieler folgt blitzschnell, ohne das Stangentor zu durchlaufen.
2. Der Startspieler legt den Ball auf den Mitspieler ab, der dann das Stangentor durchdribbelt. Der Passgeber passiert ebenfalls das Stangentor und bietet sich zum Passspiel an. So geht es immer weiter.

Ablauf Team Weiß:

1. Von jeder Seite startet ein Spieler mit Ball ins Slalomdribbling. Irgendwo treffen sich die Spieler und dort werden die Bälle mit viel Gefühl getauscht. Anschließend geht es sofort wieder ins Slalomdribbling.

Dribbling - Partner-Slaloms

Varianten:

- Wettkampf!
- Auf der anderen Seite startet nach der Aktion die nächste Gruppe.
- Nach der Aktion laufen/dribbeln die Spieler in die Ausgangsposition zurück, entsprechend werden auf einer Seite keine Spieler postiert.

Trainertipps:

- Unbedingt auf Beidfüßigkeit achten.
- Starte mit dem bekannten, einfachen Slalomdribbling und steigere die Abläufe dann mit den Partner-Slaloms als Varianten.