

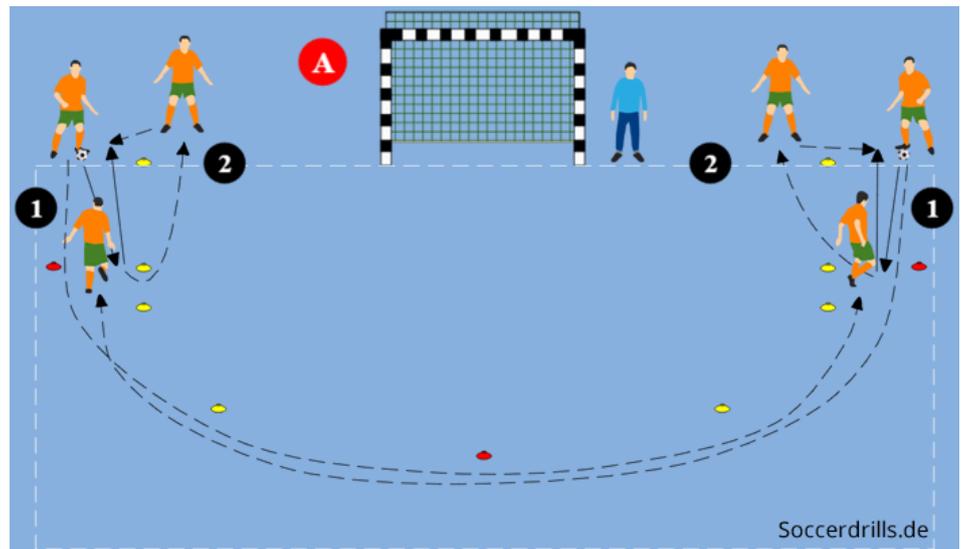
## Hallentraining - Futsal- | Kreissprint

### Organisation:

- Wir benötigen 11 Bodenmarkierungen, ausreichend Bälle und für Ablauf C ein Tor mit Torwart.
- Die Spieler werden in zwei gleichgroße Gruppen aufgeteilt, die auf jede Übungsseite postiert werden (siehe Grafik).
- Seitlich neben dem Tor wird jeweils eine Markierung ausgelegt. Davor im Feld markieren wir in einiger Entfernung (nach Trainerintension) eine Passmarke auf jeder Seite. In der Grafik haben wir dazu eine rote und gelbe Bodenmarkierung gewählt.
- Weitere Markierungen führen um einen Halbkreis herum. Wir haben 3 ausgelegt, die zentrale Markierung ist rot.

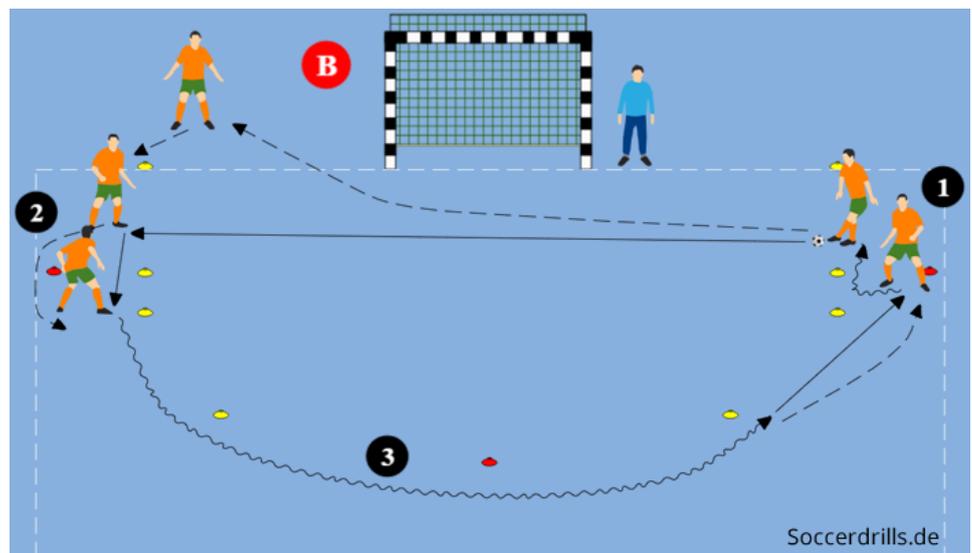
### Ablauf A:

1. Der Spieler an der Grundlinie ist der Startspieler und verfügt über einen Ball. Er passt zum Spieler an der Passmarke und sprintet anschließend um den Halbkreis auf die andere Übungsseite.
  2. Ein weiterer Spieler an der Grundlinie bietet sich zum Rückpass an. Nach dem Pass übernimmt der Spieler von der Passmarke die Position an der Grundlinie.
- Automatisch nehmen die Spieler auf jeder Seite wieder die Startpositionen ein und so geht es immer weiter.



### Ablauf B:

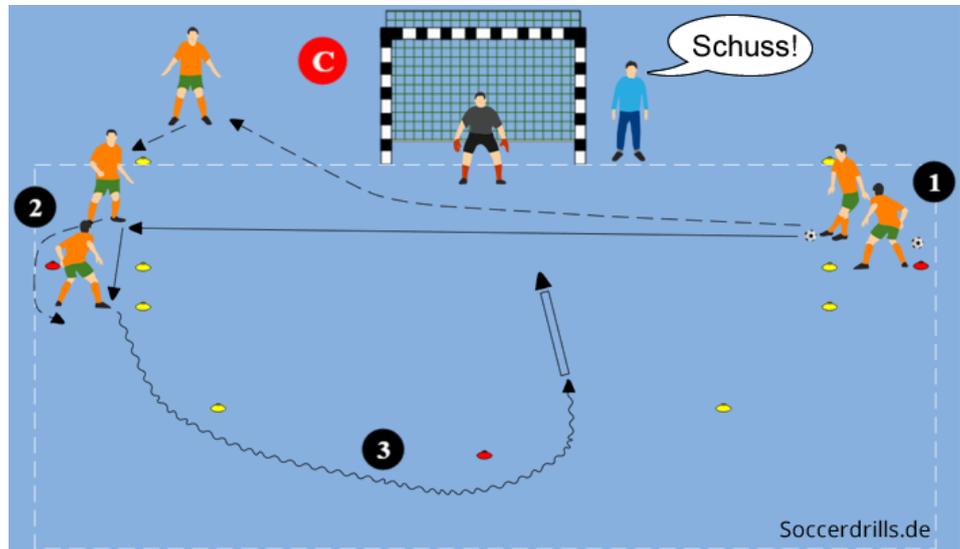
1. Wir starten auf der rechten Seite. Der Startspieler passt den Ball horizontal am Tor vorbei auf die andere Seite. Anschließend läuft er seinem Pass nach und schließt sich der Gruppe auf der anderen Seite an.
2. Dort legt der Passempfänger den Ball zwischen die Passmarke hindurch zum startenden Mitspieler. Anschließend übernimmt er dessen Position.
3. Der Mitspieler dribbelt um den Halbkreis und passt aus einiger Entfernung zum Spieler an der Passmarke. Dieser verarbeitet den Ball und es geht mit dem Passspiel weiter. Der Dribbler übernimmt die Position an der Passmarke.



## Hallentraining - Futsal- | Kreissprint

### Ablauf C:

1. Wie Ablauf B.
  2. Wie Ablauf B.
  3. Der Spieler startet ins Dribbling, auf Trainerkommando (nur dann!) biegt er zum Tor ab und sucht den Torabschluss.
- Der Ablauf beginnt von vorne, deshalb verfügen die Spieler aus der Startgruppe über ausreichend Bälle.



### Varianten:

- **Ablauf A:** Zum Einstieg starte nur von einer Seite.
- Kombiniere den **Ablauf A** mit C. Von der Grundlinie erfolgt dann ein Pass zum Torschuss ins Zentrum.
- **Ablauf B:** Start auf der linken Seite mit Pass nach rechts.
- **Ablauf C:** Start auf der linken Seite mit Pass nach rechts.

### Trainertipps:

- Ablauf A: Nicht einholen lassen, treibe die Läufer an!
- Es soll viel mit der Sohle gearbeitet werden.
- Auf Beidfüßigkeit achten.