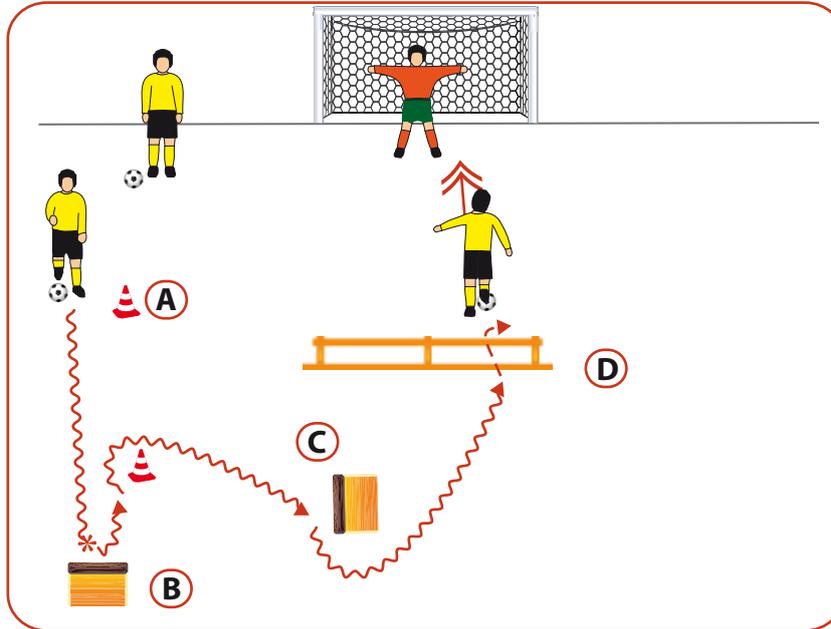




Technikparcours

Soccerdrills.de



- A** Der Startspieler dribbelt frontal auf einen Kasten zu. Nicht schleichen, Tempodribbling fordern.
- B** Am Kasten wird eine Wende ausgeführt und anschließend ums Hütchen gedribbelt.
- C** Weiter direkt auf den nächsten Kasten zudribbeln und eine Finte ausführen.
- D** Jetzt geht es zur Bank. Den Ball über die Bank lupfen, hinterherspringen und aufs Tor schießen. Der Torschuss kann ohne oder mit vorheriger Ballkontrolle erfolgen.

Variationen:

- Beidbeinigkeit trainieren.
- Bereits vor der Bank aufs Tor schießen.
- Aufbau analog und gleichzeitig auf der anderen Feldseite.

Tipp:

- Verschiedene Finten und Turns.

Training am:					
Altersklasse:					
Trainingsteilnehmer:					
Abwesenheit:					
Übungsnote:					
Notizen:					

→ Pass - - - - -> Laufweg ~~~~~> Dribbling —> Torschuss ~~~~~* Wendetechnik