



## A. Warm Up

### Dribbling und Passen

Soccerdrills - Warm Up - 024 a-e

#### Organisation

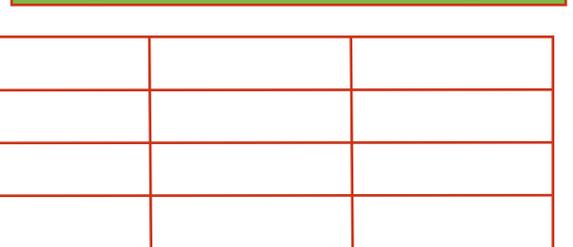
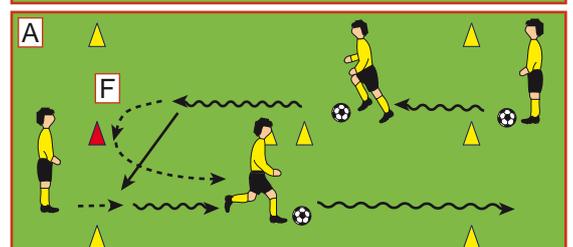
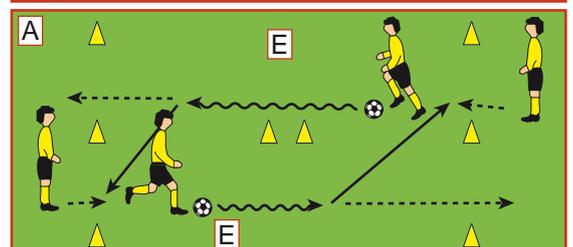
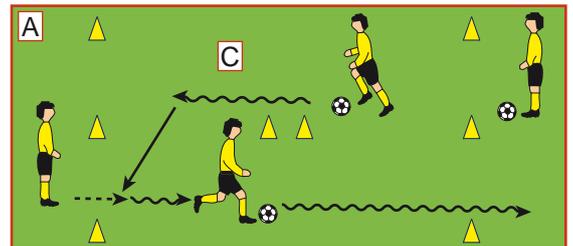
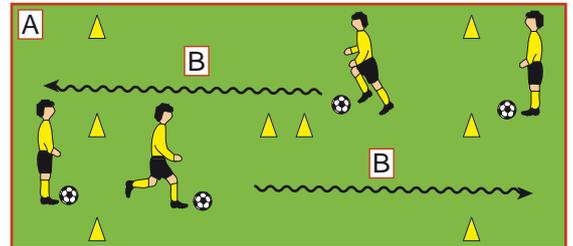
- Markiere zwei Gassen, die nicht länger als 10-15 Meter sein sollten. Die Gassen werden zentral durch zwei Hütchen getrennt, so entsteht am Ende jeder Bahn eine Passmöglichkeit in die andere Gruppe.

#### Beschreibung

- A** Auf jeder Seite steht eine Reihe mit Spielern. Nach der Aktion schließen sich die Spieler immer der anderen Reihe an.

#### Ablauf -Variationen

- B** Jeder Spieler hat einen Ball. Die Spieler dribbeln durch die Gasse auf die andere Seite.
- C** Auf der einen Übungsseite, in der Grafik rechts, sind ausreichend Bälle notwendig. Der Startspieler dribbelt durch die Gasse. Am Ende der Bahn erfolgt ein Pass in die andere Reihe. Der Passempfänger dribbelt durch die Gasse auf die andere Seite.
- D** Nur ein Ball wird benötigt. Jeweils am Ende der Dribbelbahn erfolgt der Pass auf die andere Seite.
- E** Wie D, es sind jetzt ein oder mehrere Bälle im Spiel. ! Es gibt Spieler mit und ohne Ball !
- F** Wie C, der Passgeber berührt nach dem Pass das letzte Hütchen und versucht dann, den Dribbler einzuholen.



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