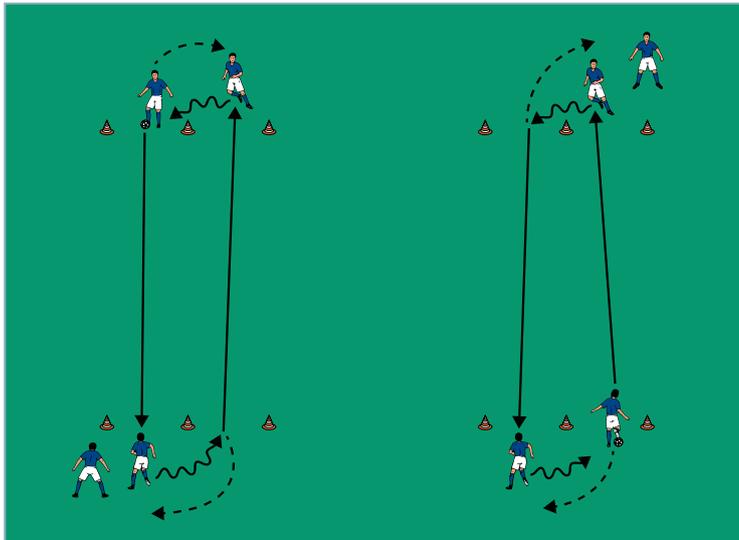


AUFWÄRMEN 1: Pass-Kanal I

von Christian Wück (12.07.2016)



Organisation

- 2 Pass-Kanäle nebeneinander mit jeweils zwei 2 Meter breiten doppelten Hütchentoren 15 Meter gegenüber markieren
- Jeweils 2 Spieler hinter jedem mittleren Hütchen der doppelten Hütchentore postieren, wobei ein Spieler einen Ball hat

Ablauf

- Der erste Spieler passt gerade durch beide Hütchentore zum Spieler gegenüber und stellt sich hinter seinem Partner an.
- Der Passempfänger nimmt seitlich zum anderen Hütchentor mit, passt durch beide Hütchentore zum Spieler gegenüber und stellt sich hinter seinem Partner an.

Variationen

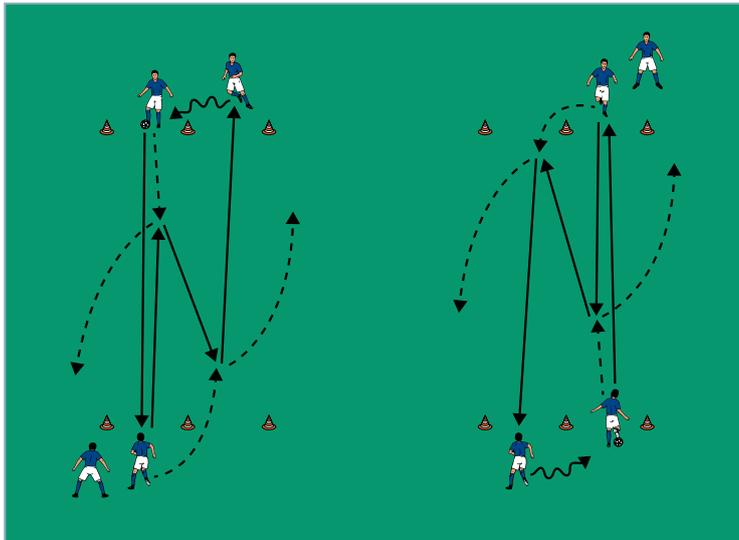
- Nur mit rechts durch die jeweils rechten Hütchentore passen.
- Nur mit links durch die jeweils linken Hütchentore passen.
- Dem gespielten Ball zur anderen Seite nachlaufen.
- Mit 2 Kontakten passen.
- Nur direkt passen.

Tipps und Korrekturen

- Stets hinter den Hütchentoren außerhalb des Pass-Kanals passen.
- Den zugespielten Ball mit der Innenseite des äußeren Fußes diagonal vorlegen und dann mit der Innenseite des anderen Fußes passen.
- Klar hinter den Hütchen des Pass-Kanals postieren, um hinter dem Ball zu sein und das Zuspiel nach vorne mitnehmen zu können.
- Die Spieler an jedem Pass-Kanal bilden jeweils ein Team. Jeder Fehler beim Passspiel ergibt 1 Punkt für das Team im anderen Pass-Kanal. Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

AUFWÄRMEN 2: Pass-Kanal II

von Christian Wück (12.07.2016)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten

Ablauf

- Der Ballbesitzer passt gerade durch beide Hütchentore zum Spieler gegenüber, der klatschen lässt und das mittlere Hütchen des Pass-Kanals hinterläuft.
- Den Klatsch-Ball diagonal zum hinterlaufenden Spieler passen und zur anderen Seite laufen.
- Der hinterlaufende Spieler passt gerade durch das Hütchentor zum nächsten Spieler auf der anderen Seite, der sich für den nächsten Durchgang diagonal vorlegt.

Variationen

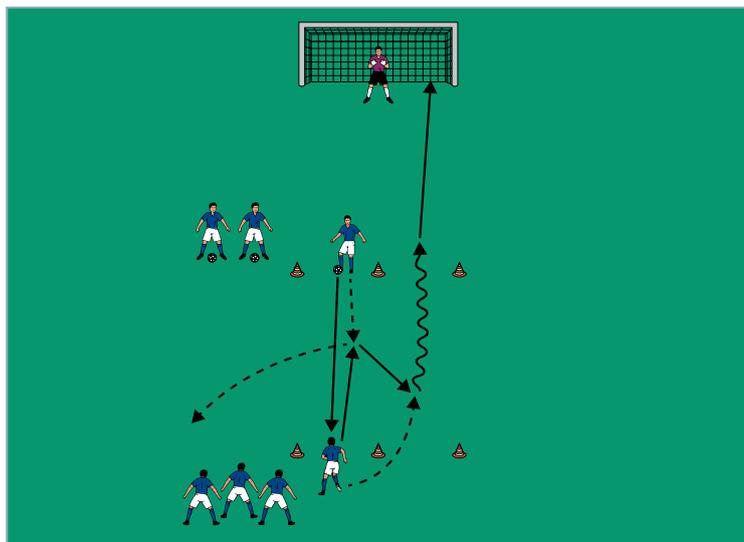
- Nur mit rechts durch die jeweils rechten Hütchentore passen.
- Nur mit links durch die jeweils linken Hütchentore passen.
- Mit 2 Kontakten passen.
- Nur direkt passen.

Tipps und Korrekturen

- Die Passhärte dem Leistungsstand anpassen und nur so hart spielen, dass der nächste Spieler den Ball sicher kontrollieren kann.
- Gezielt auf den jeweils richtigen Fuß des Partners zuspielen.
- Hinter den Hütchen des Pass-Kanals postieren, um hinter dem Ball zu sein und das Zuspiel nach vorne mitnehmen zu können.
- Die Spieler an jedem Pass-Kanal bilden jeweils ein Team. Jeder Fehler beim Passspiel ergibt 1 Punkt für den Gegner im anderen Pass-Kanal. Welches Team erreicht zuerst 10 Punkte?

HAUPTTEIL 1: Pass-Kanal und Torschuss

von Christian Wück (12.07.2016)



Organisation

- 20 Meter vor einem Tor mit Torhüter einen Pass-Kanal mit jeweils zwei 2 Meter breiten doppelten Hütchentoren 15 Meter gegenüber markieren
- Die Spieler hinter die tornahen und torfernen Hütchentore verteilen, wobei die Spieler an den tornahen Hütchentoren Bälle haben

Ablauf

- Der erste Ballbesitzer passt gerade durch beide Hütchentore zum Spieler gegenüber, der klatschen lässt und das mittlere Hütchen des Pass-Kanals hinterläuft.
- Den Klatsch-Ball passt der Spieler diagonal zum hinterlaufenden Spieler, der gerade vorwärts durch das Hütchentor zum Torschuss mitnimmt.
- Positions- und Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.

Variationen

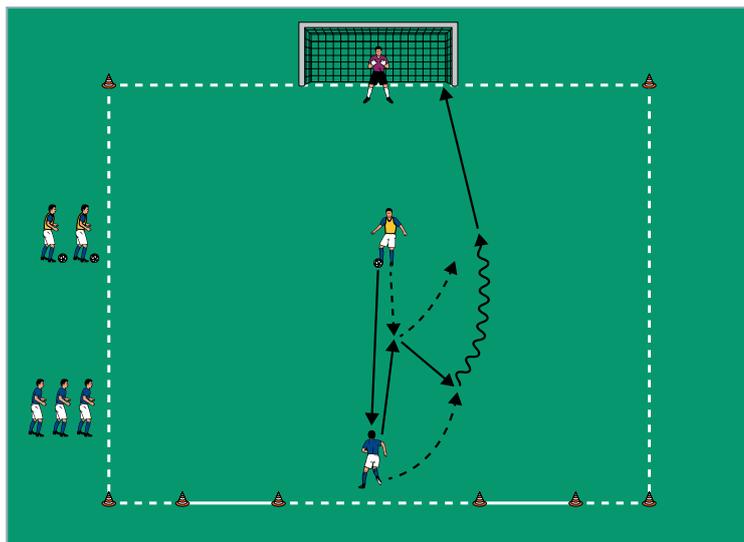
- Nur mit rechts durch die jeweils rechten Hütchentore passen und schießen.
- Nur mit links durch die jeweils linken Hütchentore passen und schießen
- Mit 2 Kontakten passen.
- Nur direkt passen.

Tipps und Korrekturen

- Die Passhärte dem Leistungsstand anpassen und nur so hart spielen, dass der nächste Spieler sicher kontrollieren kann.
- Nach Durchspielen des Hütchentores mit dem nächsten Ballkontakt schießen. Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren.
- So an den tornahen Hütchentoren anstellen, dass der Passempfänger von gegenüber ungehindert abschließen kann.
- Den Torhüter regelmäßig wechseln.

HAUPTTEIL 2: Pass-Kanal und Zweikampf

von Christian Wück (12.07.2016)



Organisation

- Ein 10 x 20 Meter großes Spielfeld markieren
- Auf einer Grundlinie ein Tor und auf der anderen zwei 2 Meter breite Hütchentore aufstellen
- 2 Teams einteilen, wobei die Spieler eines Teams Bälle haben
- Jeweils einen Spieler jedes Teams im Feld gegenüber postieren

Ablauf

- Der erste Ballbesitzer passt gerade zum gegnerischen Spieler gegenüber, der klatschen lässt.
- Den Klatsch-Ball passt der Spieler diagonal zum gegnerischen Spieler und wird Verteidiger.
- Der Passempfänger nimmt als Angreifer mit und versucht gegen den Verteidiger beim Tor einen Treffer zu erzielen.
- Bei Ballgewinn kontert der Verteidiger auf die Hütchentore.

Variationen

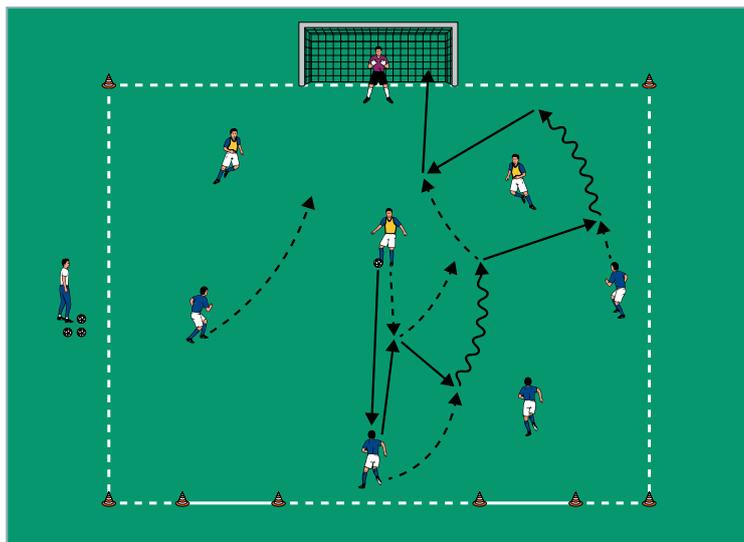
- Nur mit rechts passen.
- Nur mit links passen.
- Mit 2 Kontakten passen.
- Nur direkt passen.

Tipps und Korrekturen

- Beide Teams seitlich außerhalb des Feldes postieren.
- Jedes 1 gegen 1 so lange laufen lassen bis ein Treffer erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- Positions- und Aufgabenwechsel der Teams nach einigen Durchgängen.
- Den Torhüter regelmäßig wechseln.

SCHLUSSTEIL: Pass-Kanal und Spiel

von Christian Wück (12.07.2016)



Organisation

- Ein 20 x 40 Meter großes Spielfeld markieren
- Auf einer Grundlinie ein Tor und auf der anderen zwei 2 Meter breite Hütchentore aufstellen
- 2 Teams einteilen und im Feld postieren, wobei ein Spieler eines Teams einen Ball hat

Ablauf

- Der Ballbesitzer passt gerade zu einem gegnerischen Spieler gegenüber, der klatschen lässt.
- Den Klatsch-Ball passt der Spieler diagonal zum gegnerischen Spieler.
- Nach dem letzten Pass startet ein Spiel 4 gegen 4, wobei die Angreifer auf das Tor angreifen und die Verteidiger bei Ballgewinn auf die Hütchentore kontern.
- Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball ausgespielt wurde, starten 2 andere Spieler mit einem erneuten Passspiel.
- Einen Wettkampf durchführen: Welches Team erzielt insgesamt die meisten Treffer?

Variationen

- Nur mit rechts passen.
- Nur mit links passen.
- Mit 2 Kontakten passen.
- Nur direkt passen.

Tipps und Korrekturen

- Positions- und Aufgabenwechsel der Teams, nachdem jeder Spieler einmal mit einem Passspiel gestartet hat.
- Als Trainer mit ausreichend Ersatzbällen seitlich außerhalb des Feldes postieren.
- Das verteidigende Team stellt einen Torhüter, der nach jedem Durchgang gewechselt wird.