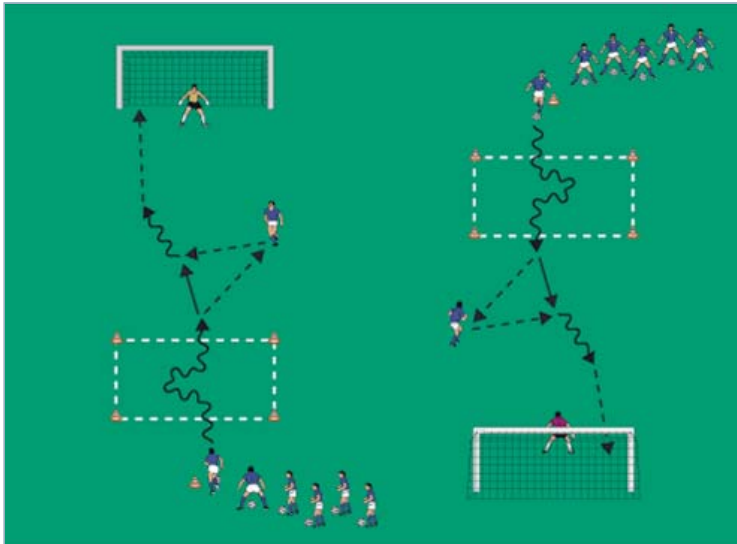




D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Doppel-Aktion I

von Mario Vossen (27.03.2012)



Organisation

- 2 große Tore mit Torhütern seitlich versetzt gegenüber aufstellen
- Vor den Toren je 1 Hütchenquadrat errichten
- 2 Starthütchen markieren
- 2 Anspieler jeweils vor den Toren postieren
- Alle übrigen Spieler mit Bällen an den Starthütchen aufstellen

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler dribbeln ins Hütchenquadrat und führen dort eine Finte aus.
- Anschließend spielen sie einen Doppelpass mit den Anspielern und schließen auf die Tore ab.
- Anschließend holen sie ihren Ball und stellen sich bei der anderen Gruppe wieder an.

Variationen

- Die Finten für die beiden Hütchenquadrate vorgeben.
- Der Trainer gibt vor, zu welcher Seite die Finten ausgeführt werden sollen.
- Nach dem Zuspiel vom Anspieler eine weitere Finte einbauen.

Tipps und Korrekturen

- Darauf achten, dass die Spieler die Finten möglichst deutlich ausführen.
- Die Anspieler nach jeweils 2 Minuten wechseln.

Das DFB-Mobil steht im März 2012 vor seinem 10.000sten Vereinsbesuch! Dies ist für uns Grund genug, in diesem Monat einen eigenen Themenschwerpunkt auf Training & Wissen online zu installieren. Dort gehören – so wie Sie es von den vorangegangenen Themenschwerpunkten gewohnt sind – Interviews, Artikel, Videos und nützliche Tipps zum Angebot! Wie immer können Sie sich zudem am Themenschwerpunkt beteiligen: Schicken Sie Anregungen und Fragen zum Thema 'DFB-Mobil' an training-wissen@dfb.de.