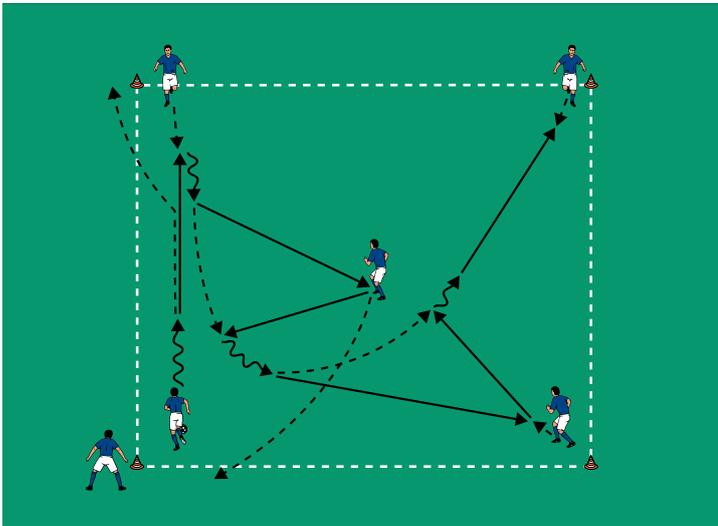


C-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

VIERECKS-PASSEN KOMPLEX

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 1 Spieler in der Feldmitte postieren
- ▶ Der erste Spieler erhält 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Der Ballbesitzer dribbelt kurz an, passt zum Spieler gegenüber und läuft den Spieler als teilaktiver Verteidiger an.
- ▶ Der Passempfänger nimmt kurz an und mit und spielt einen Doppelpass mit dem zentralen Spieler.
- ▶ Nach dem Doppelpass spielt der Spieler zur jeweils anderen Seite weiter und tauscht mit dem zentralen Spieler die Position.
- ▶ Der Außenspieler lässt das Zuspiel prallen, und der neue zentrale Spieler passt zum Spieler am vierten Hütchen weiter.
- ▶ Dieser startet den nächsten Durchgang mit einem Pass zum Spieler gegenüber, den er dann wieder anläuft usw.

VARIATIONEN

- ▶ Auf ein Trainerkommando die Spielrichtung wechseln.
- ▶ Nur mit rechts/links passen bzw. an- und mitnehmen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei einem Start im Uhrzeigersinn vor allem mit dem rechten Fuß spielen, bei einem Start im Gegenuhrzeigersinn vor allem mit dem linken.
- ▶ Nur beim Doppelpass im Direktspiel agieren. Ansonsten sicher mit 2 Ballkontakten spielen (annehmen, passen).