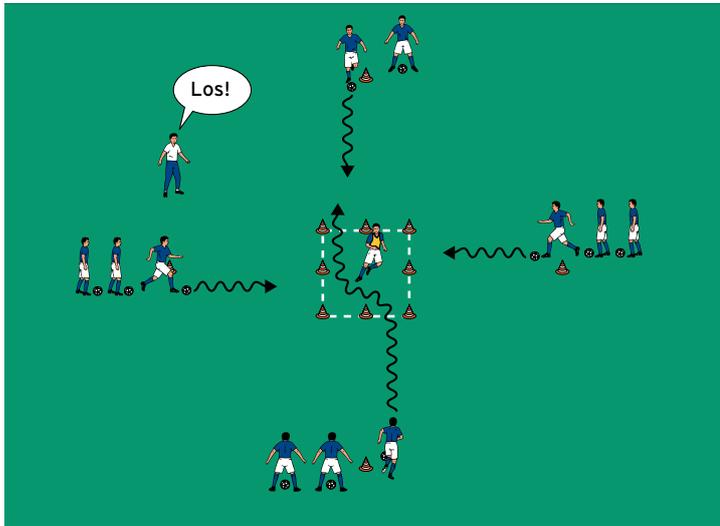


THEMA: IM DRIBBLING VARIABEL SEIN



AUFWÄRMEN 2:

VIERECK-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Einen Spieler ohne Ball als Verteidiger im Feld postieren und die anderen Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando versuchen die Spieler das Feld zum Starthütchen gegenüber zu durchdribbeln.
- ▶ Der Verteidiger versucht innerhalb des Feldes möglichst viele Bälle abzuwehren.

VARIATIONEN

- ▶ Der Verteidiger sitzt als "Krebs" im Feld und wehrt die Bälle mit Händen und Füßen ab.
- ▶ Der Verteidiger agiert als Torhüter im Feld und hält die Bälle mit Händen und Füßen auf.
- ▶ 2 Verteidiger im Feld postieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eroberte Bälle soll der Verteidiger kontrolliert aus dem Feld spielen.
- ▶ Den Verteidiger im Feld nach jedem kompletten Durchgang wechseln.