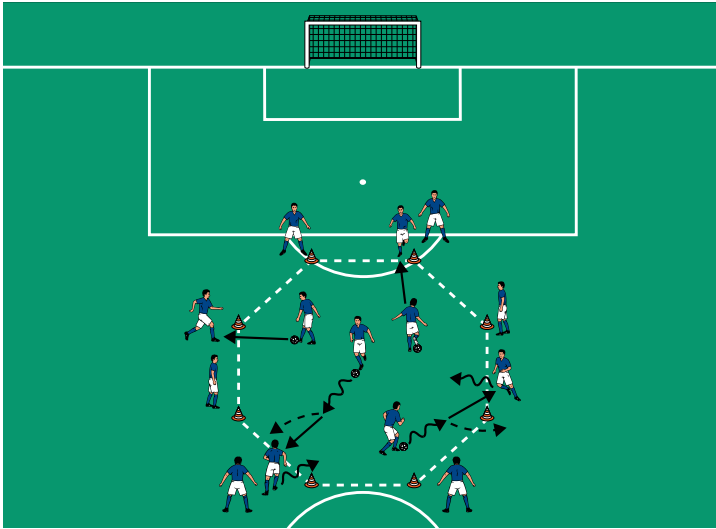


THEMA: ZUSAMMENSPIEL IM ZENTRUM



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBELN, PASSEN, ANNEHMEN

ORGANISATION

- ▶ Ein Sechseck vor dem Strafraum aufbauen
- ▶ 4 Spieler mit Bällen im Zentrum postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler an den Hütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer im Zentrum dribbeln frei umher und suchen sich einen Außenspieler, den sie anspielen.
- ▶ Anschließend tauschen die Passgeber mit den Passempfängern sofort die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Die Passempfänger dribbeln ins Feld, suchen sich einen neuen Außenspieler usw.

VARIATIONEN

- ▶ Der Außenspieler lässt das Zuspiel zunächst auf den Passgeber zurückprallen und erhält dann erneut den Pass zum Positions- und Aufgabenwechsel.
- ▶ Die Außenspieler stellen sich 2 Meter hinter den Hütchen auf und müssen den Zuspielen mit einer Konterbewegung aktiv entgegenstarten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Blickkontakt vor dem Abspiel suchen.
- ▶ Darauf achten, dass die Außenspieler in einer Erwartungshaltung agieren.
- ▶ Die Zuspiele stets in die Vorwärtsbewegung an- und mitnehmen.