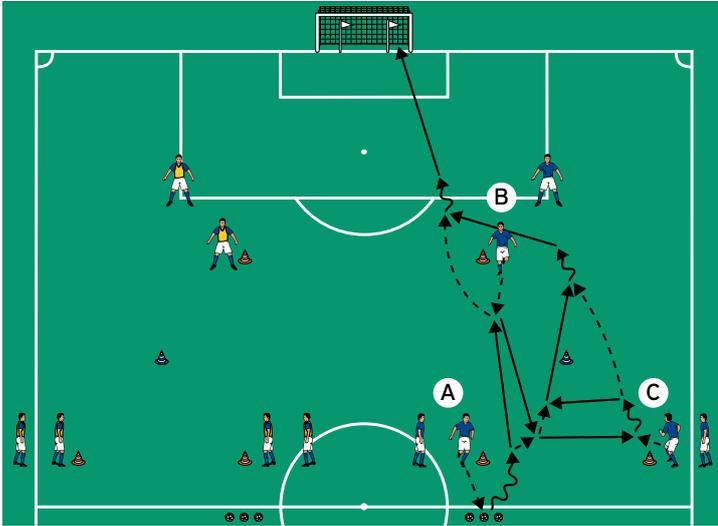


THEMA: DOPPELPASS UND HINTERLAUFEN



AUFWÄRMEN 1:

DOPPELPASS

ORGANISATION

- ▶ In einem Großtor jeweils 1 Meter von den Pfosten entfernt 2 Stangen errichten
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ In einer Spielfeldhälfte 8 Positionshütchen aufstellen und gemäß Abbildung mit Spielern besetzen
- ▶ Die Bälle jeweils hinter den Startspielern an der Mittellinie bereitlegen

ABLAUF

- ▶ Die beiden Mannschaften starten im Wechsel.
- ▶ A holt sich 1 Ball, dribbelt nach vorne und spielt mit dem aus der Spitze entgegenstartenden B einen Doppelpass.
- ▶ Anschließend passt A nach außen zu C und bietet sich erneut zum Zuspiel an.
- ▶ C spielt einen Doppelpass mit A und passt anschließend auf den vor das Tor startenden B.
- ▶ B versucht, per Zielstoß zwischen die Stange und den jeweiligen Pfosten zu passen.
- ▶ Anschließend die Positionen wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Nur direkt spielen lassen.
- ▶ Das Zuspiel von C auf B vor das Tor als Flanke spielen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vor jedem Zuspiel Blickkontakt mit dem Passempfänger herstellen.
- ▶ Beidfüßiges Passspiel mit der Innenseite fordern.
- ▶ Den Zuspielen aktiv entgegenstarten.
- ▶ Auf das richtige Timing beim Doppelpass achten. Den zweiten Pass in den Lauf vorspielen.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Seiten tauschen.
- ▶ Vor dieser ersten Passkombination mit Aufwärmcharakter laufen/spielen sich alle Spieler 5 bis 10 Minuten individuell ein.