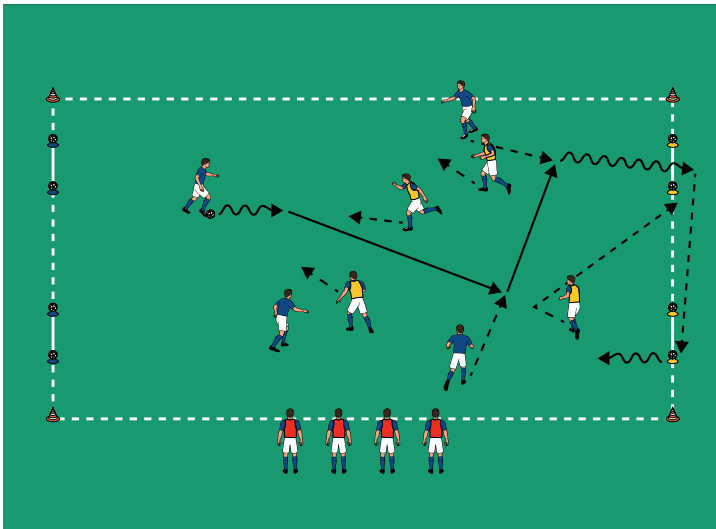


THEMA: SPIELEN IST DAS BESTE TRAINING



AUFWÄRMEN 2

DRIBBEL-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 40 Meter großes Spielfeld markieren.
- ▶ Auf jeder Grundlinie zwei 2 Meter breite Hütchentore errichten.
- ▶ Auf jedes Hütchen einen Ball legen.
- ▶ 3 Teams bilden.

ABLAUF

- ▶ 2 Teams spielen im 4 gegen 4 und das dritte Team pausiert.
- ▶ Jedes Team greift auf 2 Hütchentore an.
- ▶ Durchdribbelt ein Spieler ein Hütchentor, spielt er mit einem Ball von einem Hütchen in Gegenrichtung weiter.
- ▶ Ein Spieler des anderen Teams legt den bisherigen Spielball auf das freie Hütchen.
- ▶ Nach jeweils 3 Minuten wechseln die Teams.

VARIATIONEN

- ▶ Nach Durchdribbeln eines Hütchentores ist das bisher verteidigende Team in Ballbesitz.
- ▶ Nach Durchdribbeln eines Hütchentores wechseln das verteidigende und wartende Team.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach Durchdribbeln des Hütchentores den Ball liegen lassen, nicht wegspielen.
- ▶ Liegt der bisherige Spielball nicht auf dem freien Hütchen, kann das Team keine Treffer erzielen.