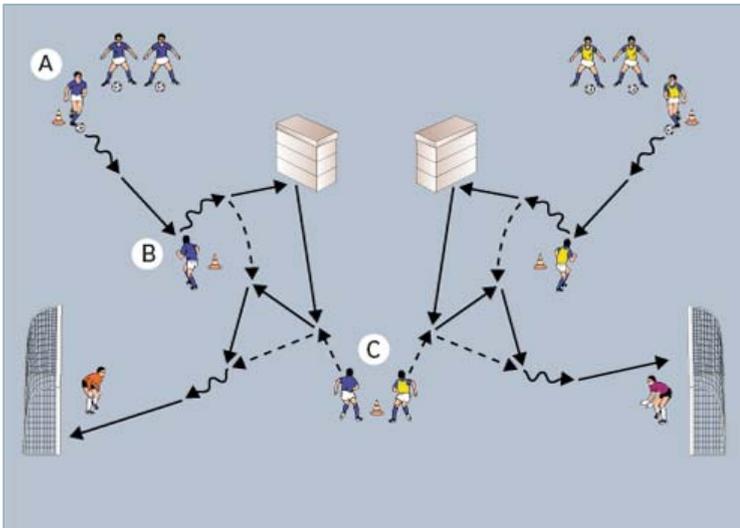


D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 1: Pass-Rundlauf I

von Mario Vossen (15.01.2013)



Organisation

- 2 Felder markieren
- In jedem Feld 1 Tor mit Torhüter und 1 großen Kasten als Rückprallwand aufstellen
- Zusätzlich Positionshütchen errichten
- 2 Gruppen bilden und auf die Felder verteilen

Ablauf

- A passt zu B, der nach hinten abkapt und so gegen den Kasten passt, dass der Ball in den Lauf des entgegenstartenden C abprallt.
- C spielt mit B einen Doppelpass und schließt nach einem kurzen Dribbling auf das Tor ab.
- Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler je eine Position weiter.

Variationen

- C nimmt den zurückprallenden Ball in Richtung Tor mit und schließt ohne weiteren Doppelpass sofort ab.
- C versucht, den Torhüter auszuspielen und einen Treffer im Alleingang zu erzielen.

Tipps und Korrekturen

- Passempfänger B sollte in Erwartung des ersten Zuspiels in offener Stellung agieren.
- Beim Abkappen den Ball kurz anstoppen und mit dem zweiten Kontakt sofort in die neue Richtung mitnehmen.
- Jeweils scharf und flach in den Fuß des Mitspielers zupassen.

Die Rückrundenvorbereitung naht! Aber mancherorts erinnert der Fußballplatz eher an eine Eishalle, als an eine Spielfläche. Die Vorbereitungszeit sollte aber trotzdem sinnvoll genutzt werden. Also ist Improvisationstalent gefragt. Wie Sie trotzdem ambitioniert trainieren können, das erfahren Sie im Januar-Themenschwerpunkt 'Fußball im Winter' auf Training & Wissen online. Wie immer können Sie uns auch Fragen, Tipps und Vorschläge schicken. Wie sieht Ihr Wintertraining aus? Schreiben Sie an training-wissen@dfb.de.