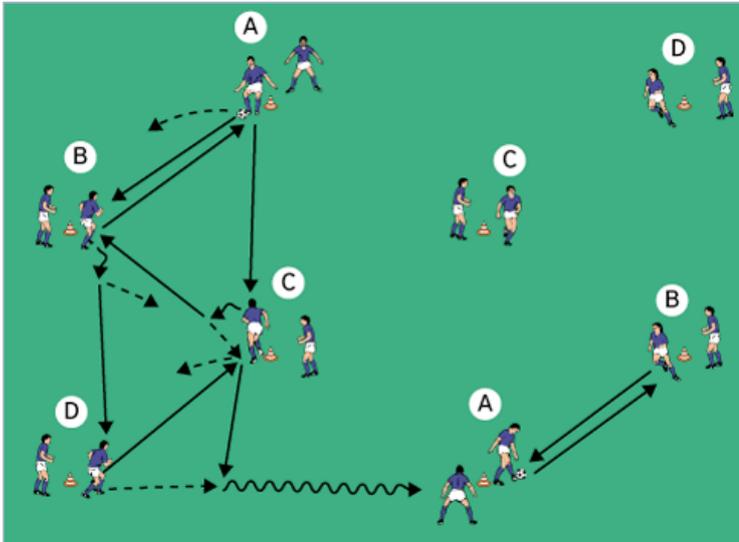


# D- UND C-JUNIOREN

## AUFWÄRMEN 1:

### Dreiecks-Rundlauf

von Frank Engel (10.09.2013)



#### Organisation

- Mit Hütchen 2 Passspiel-Stationen errichten
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Die Spieler bei A haben je 1 Ball

#### Ablauf

- A passt zu B, der das Zuspiel direkt prallen lässt.
- Anschließend leitet A auf C weiter, der auf B ablegt.
- B passt scharf die Linie entlang zu D, der in die Bewegung an- und mitnimmt und mit C einen Doppelpass spielt.
- Abschließend dribbelt D zur Startposition der jeweils anderen Gruppe, und alle Spieler rücken eine Position weiter.

#### Variationen

- Die Spieler passen sich mit 2 Kontakten zu.
- D baut auf dem Weg zur anderen Gruppe eine Finte ins Dribbling ein.

#### Tipps und Korrekturen

- Die Spieler werden auf den Schwerpunkt der Trainingseinheit, das sichere und genaue Passspiel, vorbereitet.
- Sie sollen bereits versuchen, alle Aktionen möglichst in der Bewegung auszuführen.
- In dieser Übungsform kommen viele verschiedene Kombinationsmöglichkeiten im Dreiecksspiel zur Anwendung.

Im TWO-Themenschwerpunkt September zum Thema 'Ehrenamt' gibt Experte Prof. Dr. Sebastian Braun einen Überblick über seine Forschungsergebnisse seit dem Amateurfußballkongress im Februar 2012. Wir erläutern den Begriff „Neues Ehrenamt“ und geben zahlreiche konkrete Tipps – beispielsweise wie Sie neue Mitarbeiter für ein Ehrenamt begeistern und an Ihren Verein binden können. Sehen Sie zudem, wie sich die Nationalspieler Julian Draxler, André Schürrle und Marc-André ter Stegen als Ehrenamtler machen!