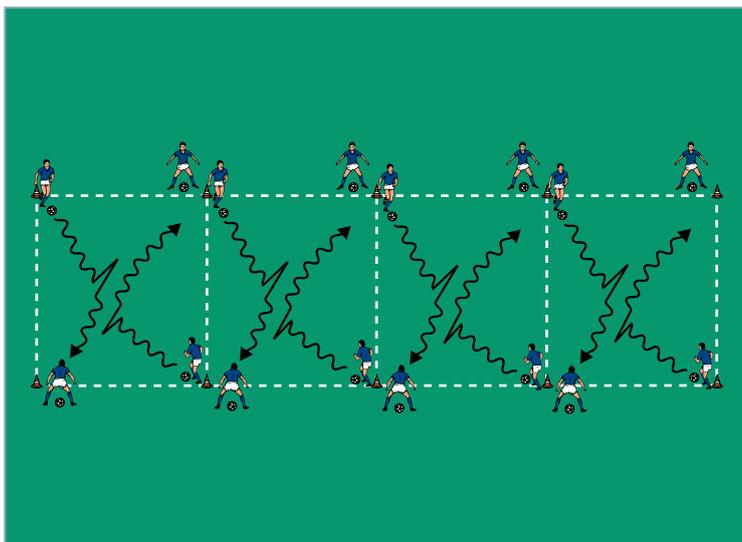


# AUFWÄRMEN 2: 4-Felder-Dribbling II

von Klaus Pabst (22.09.2015)



## Organisation

- Den Aufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten
- Je 4 Spieler pro Hütchenquadrat
- Die Spieler an den Eckhütchen postieren

## Ablauf

- In jedem Feld dribbeln 2 diagonal gegenüberstehende Spieler gleichzeitig aufeinander zu.
- In der Feldmitte führen sie eine Finte aus und dribbeln im Gegenuhrzeigersinn zum jeweils nächsten Hütchen.
- Anschließend starten sofort die beiden Spieler an den jeweils anderen Hütchen.

## Variationen

- Verschiedene Finten vorgeben (Körpertäuschungen, Schussfinten, Schere, Übersteiger usw.).
- Die Dribbelrichtung wechseln.
- Den Spielern eine Finte/Dribbelrichtung zurufen.

## Tipps und Korrekturen

- Die Spieler variantenreich dribbeln lassen, und die vorgegebenen Finten häufig wechseln.
- Alle Finten mit dem gleichen Fuß in die gleiche Richtung ausführen, um Zusammenstöße zu vermeiden.
- Die Finten durch Täuschbewegungen des Oberkörpers und Blickfinten möglichst noch verstärken.
- Nach der Finte mit einer Temposteigerung zum jeweils nächsten Hütchen wegstarten.