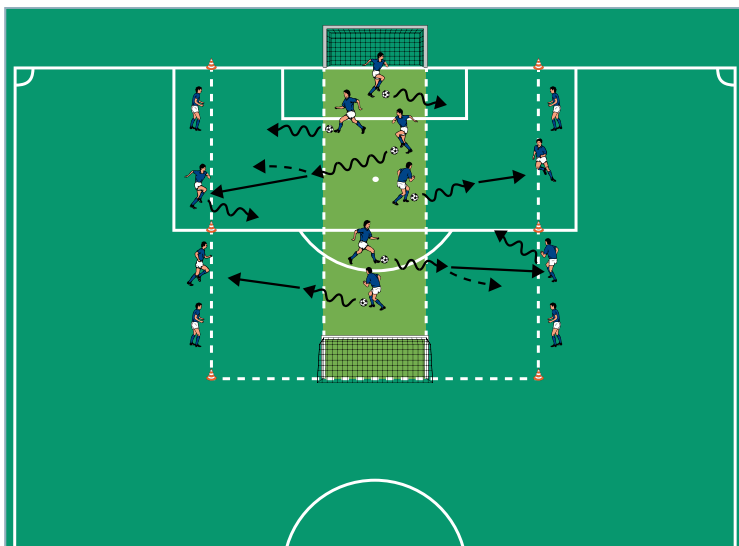


# AUFWÄRMEN 2: Technik-Zonen mit Passen/Annehmen

von Christian Wück (08.03.2016)



## Organisation

- Den Aufbau weiter verwenden

## Ablauf

- Grundablauf wie zuvor.
- Jetzt passen die Ballbesitzer jeweils zu einem freien Außenspieler an den Seitenlinien.
- Diese nehmen in die Vorwärtsbewegung mit, dribbeln durch die Mittelzone, passen erneut.
- Die Passgeber laufen ihren Abspielen nach und tauschen mit den Passempfängern die Positionen und Aufgaben.

## Variationen

- Aus den Mittelzonen auf einen freien Außenspieler passen.
- Die Passempfänger lassen direkt zum Anspieler prallen, der erneut zuspießt. Anschließend dribbeln die Außenspieler ins Feld und die Passgeber stellen sich an den Seitenlinien wieder auf.

## Tipps und Korrekturen

- Die Passgeber sollen den Blick vom Ball heben und erst nach Blickkontakt zuspiesen.
- Mit beiden Füßen zupassen und an- bzw. mitnehmen!
- In die Vorwärtsbewegung an- und mitnehmen und zielstrebig in Richtung Mittelzone dribbeln.