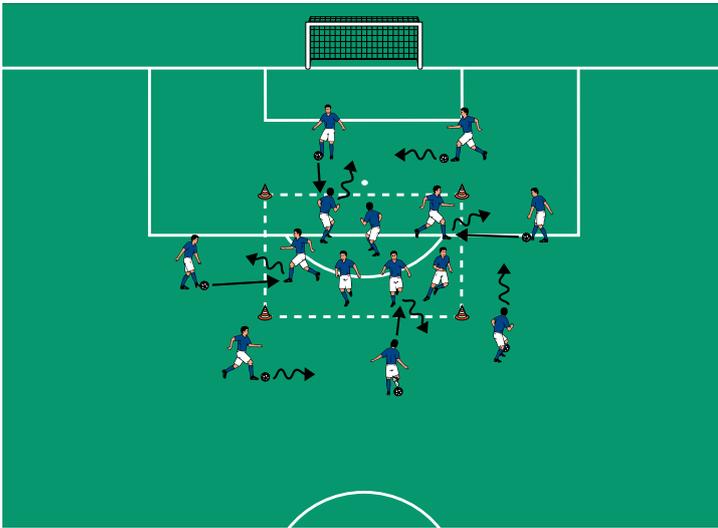


## A-JUNIoren



### AUFWÄRMEN 1:

#### DRIBBELN UND ZUSPIELEN

##### ORGANISATION

- ▶ An der Strafraumgrenze ein Feld markieren
- ▶ Die Hälfte der Spieler ohne Bälle im Feld postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler stellen sich mit je 1 Ball außerhalb auf

##### ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln frei umher und suchen sich freie Passempfänger im Feld, denen sie zupassen.
- ▶ Anschließend tauschen sie mit den Passempfängern die Positionen und Aufgaben, indem diese aus dem Feld dribbeln.

##### VARIATIONEN

- ▶ 3 Verteidiger bestimmen, die die Zuspiele ins Feld unterbinden sollen.
- ▶ Die Spieler im zentralen Feld dribbeln frei umher und suchen sich Passempfänger außerhalb des Feldes.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Blickkontakt vor dem Zuspiel aufnehmen.
- ▶ Im Zentrum immer wieder neu orientieren und nach abspielbereiten Außenspielern suchen.
- ▶ Den Zuspielen jeweils aktiv entgegenstarten und sofort in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen.