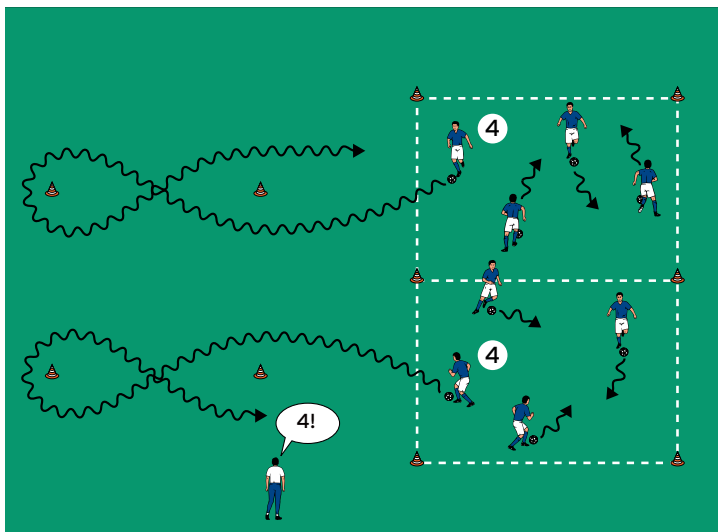


THEMA: TRICKREICHES DRIBBLING



AUFWÄRMEN 2:

ACHTER-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Gruppen beibehalten
- ▶ Das große Feld in 2 Hälften teilen
- ▶ Die Gruppen jetzt in beiden Feldhälften aufstellen
- ▶ Jeder Spieler hat 1 Ball
- ▶ Die Eckhütchen des kleinen Feldes als Dribbelhütchen nutzen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei in den Feldhälften umher.
- ▶ Der Trainer startet per Zuruf einer Nummer die Aktion.
- ▶ Die aufgerufenen Spieler dribbeln aus dem Feld und umdribbeln die Dribbelhütchen in Form einer Acht.
- ▶ Anschließend dribbeln sie in die eigene Feldhälfte zurück.
- ▶ Der Spieler, der zuerst wieder ins eigene Feld dribbelt, erhält für seine Mannschaft 1 Punkt.

VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer gibt zusätzlich eine Finte vor, die auf dem Weg zum kleinen Feld ausgeführt werden soll.
- ▶ Die Aktion läuft als Staffel ab: Welche Mannschaft erreicht zuerst wieder komplett ihre Feldhälfte?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Trainer kann den Aufbau aus dem ersten Aufwärmteil weitgehend übernehmen.
- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler ständig in Bewegung sind und das gesamte Feld ausnutzen.