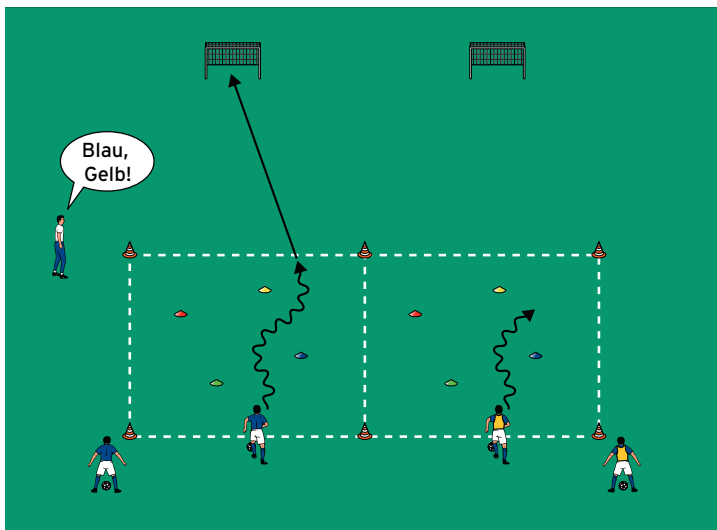


THEMA: DRIBBLING



TRAININGSFORM 2:

HÜTCHENWALD

ORGANISATION

- ▶ Ein 5 x 10 Meter großes Feld markieren
- ▶ Darin einen Hütchenwald mit mehreren verschiedenfarbigen Hütchentellern aufbauen
- ▶ 2 Paare bilden und mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Signal des Trainers (hier: »Blau, Gelb!«) dribbeln die beiden ersten Spieler in das Feld, steuern auf die Hütchenteller in den genannten Farben zu, fintieren dort und schließen noch innerhalb des Feldes auf ihr Minitor ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst abschließt, erhält einen Punkt.
- ▶ Für einen Treffer gibt es einen weiteren Punkt.

VARIATIONEN

- ▶ Unterschiedliche Anordnung/Distanzen der Hütchen
- ▶ Die Dribbeltechniken vorgeben (rechts, links, Fußwechsel).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine enge Ballführung innerhalb des Feldes achten.
- ▶ Die Abstände der Hütchenteller je nach Leistungsstärke der Spieler vergrößern oder verkleinern.