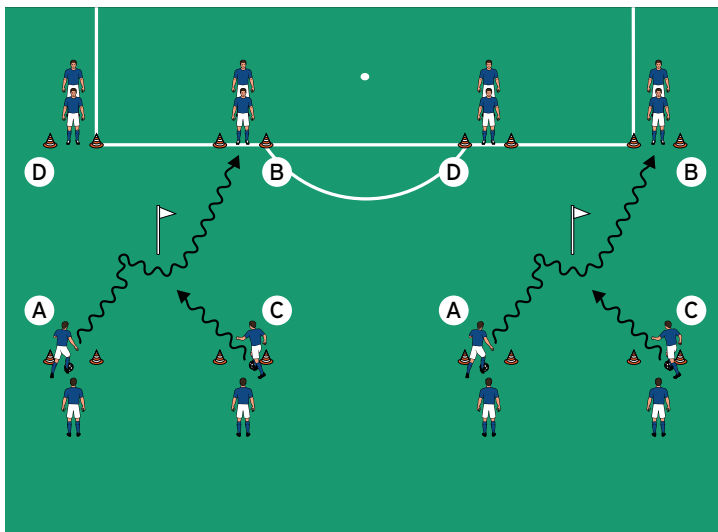


## THEMA: MIT ZUG ZUM GEGNER-TOR DRIBBELN



### AUFWÄRMEN 1:

### DRIBBLING UND FINTEN IM PARCOURS

#### ORGANISATION

- ▶ Vor dem Strafraum jeweils mit Hütchentoren in den Ecken 2 Quadrate markieren.
- ▶ Im Zentrum je 1 Stange aufstellen.
- ▶ Die Spieler in den Ecken der Felder verteilen.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball.

#### ABLAUF

- ▶ A und C dribbeln ins Zentrum, führen vor der Stange eine Finte aus und dribbeln diagonal zur gegenüberliegenden Seite.
- ▶ Hier übergeben sie die Bälle an B bzw. D, die ebenfalls ins Zentrum dribbeln, eine Finte ausführen usw.

#### VARIATIONEN

- ▶ Nach der Finte an der Stange auf B bzw. D passen.
- ▶ Die Seiten vorgeben, zu denen die Spieler jeweils fintieren sollen.
- ▶ Verschiedene Finten vorgeben (z. B. Schussfinte, Übersteiger usw.)

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine deutliche Gewichtsverlagerung bei den Finten achten.
- ▶ Eine enge Ballführung im Dribbling fordern.