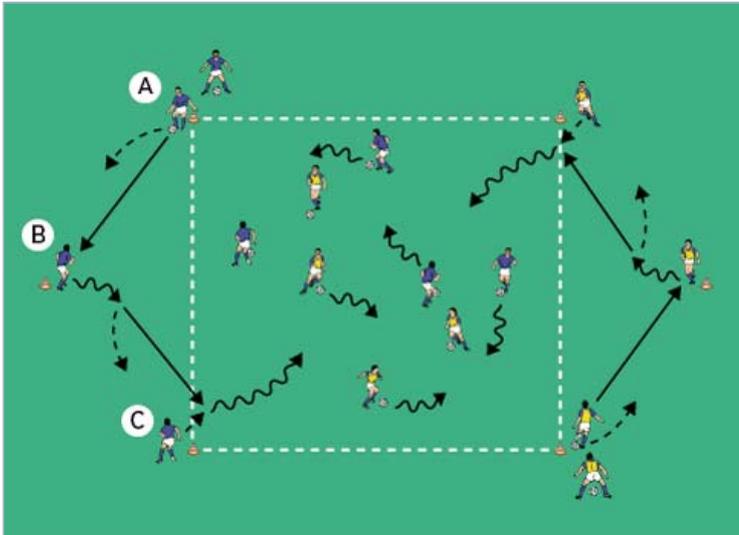


D- UND C-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 2:

Dribbel-Fangen mit Auftakt

von Mario Vossen (11.09.2012)



Organisation

- 1 Feld mit 2 Hütchendreiecken und 1 Hütchenquadrat errichten
- 2 Mannschaften bilden
- Jede Mannschaft stellt 1 Dribbel- und 1 Passgruppe

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando passt A zu B.
- Dieser leitet nach einer kurzen Ballkontrolle auf C weiter.
- C dribbelt ins Feld und versucht, einen gegnerischen Spieler abzuschlagen.
- Der Spieler, der zuerst einen gegnerischen Spieler abschlägt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

Variationen

- Die Fänger nehmen ihre Bälle in die Hand.
- C versucht, den Ball eines gegnerischen Spielers aus dem Feld zu spielen.

Tipps und Korrekturen

- Die jeweilige Fangaktion wird durch eine bekannte Passfolge mit Ballkontrolle eingeleitet.
- Da die Ballkontrolle in dieser Trainingseinheit im Mittelpunkt steht, darf im Passdreieck nicht direkt gespielt werden.
- Nach jeder Aktion rückt ein Spieler aus dem Feld ins Passdreieck.

Wie organisiere ich ein Schnuppertraining? Welche Inhalte bieten sich an? Kann ich über ein Schnuppertraining auch Trainer dazugewinnen? Antworten auf diese Fragen bietet unser Themenschwerpunkt im September 2012. Außerdem gibt es Checklisten und Trainingseinheiten zum Download sowie ein Interview mit DFB-Trainer Paul Schomann. Wie immer können Sie sich an dem Themenschwerpunkt beteiligen. Schicken Sie Anregungen und Fragen zum Thema 'Organisieren eines Schnuppertrainings' an training-wissen@dfb.de.