



## B. Hauptteil

### 1. Magisches Feld

Soccerdrills - Dribbling - 059b-d

#### Organisation

- Wo in dieser Übungseinheit das Aufwärmen endet, ist nicht zu erkennen, oder gehört das Aufwärmen schon zum Hauptteil? Der Übungsaufbau begleitet uns durch die gesamte Einheit.

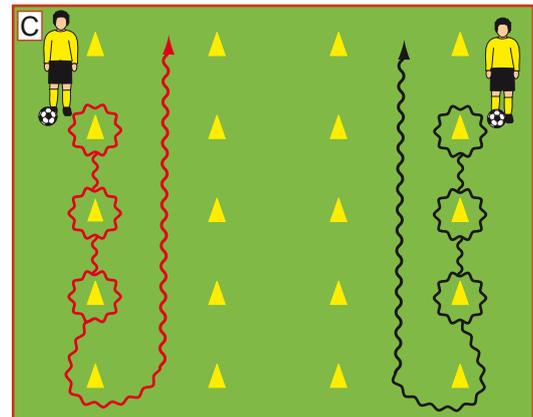
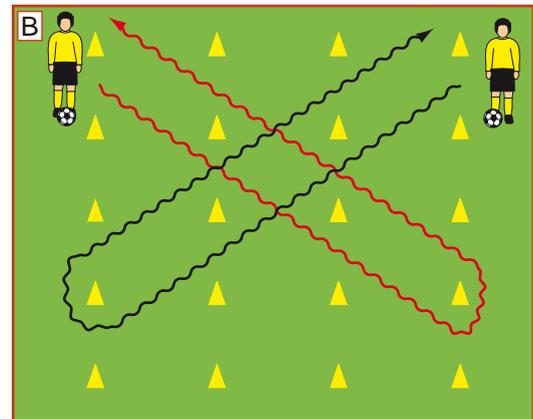
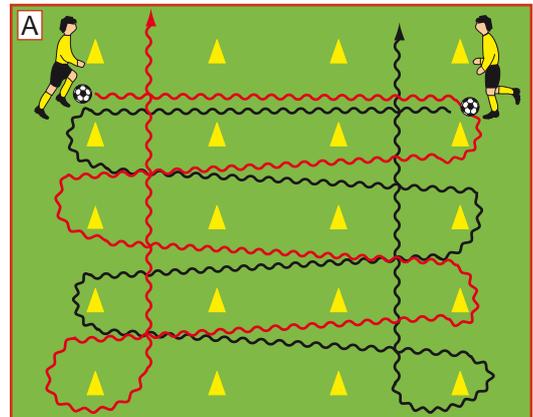
#### Beschreibung

Die Spieler folgen in jeder Variation der Dribbelstrecke. Mit und ohne Gegenverkehr, der Blick muss sich immer wieder vom Ball lösen, nur dann gibt es keine Probleme.

#### Ablauf -Variationen

- A** Das Dribbling erfolgt horizontal durch die Hütchenreihe. Nach der letzten Bahn kehren die Spieler direkt durch die Gasse in die Ausgangsgruppe zurück.
- B** In der nächsten Variation geht es diagonal auf die andere Seite, ein Hütchen umrundet, um dann in die Gruppe zurückzukehren.
- C** Hier werden die Hütchen umrundet, was einiges an Ballkontrolle erfordert. Am Ende der Bahn geht es dann weder direkt in die Startgruppe zurück.

**Wettkampf und Beidbeinigkeit nicht vergessen!**



Training am:					
Altersklasse:					
Trainingsteilnehmer:					
Abwesenheit:					
Übungsnote:					
Notizen:					