



A. Warm Up

1. Coachdribbling

Soccerdrills - Warm Up - 022a - g

Organisation

- Jeder Spieler hat einen Ball. Der Coach steht im Zentrum, die Spieler bilden vier Gruppen

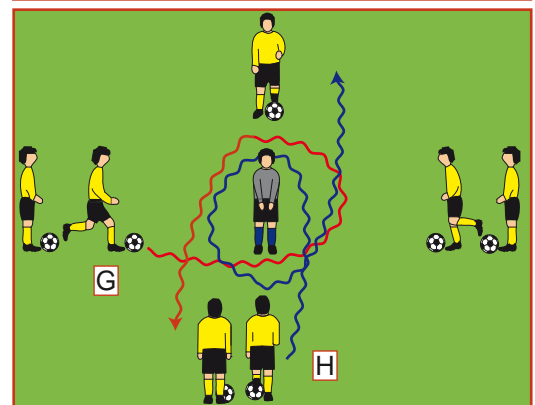
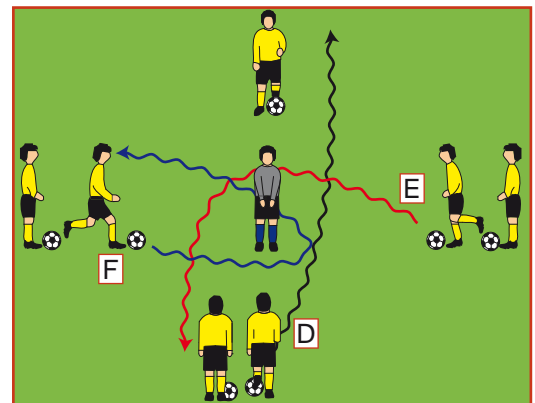
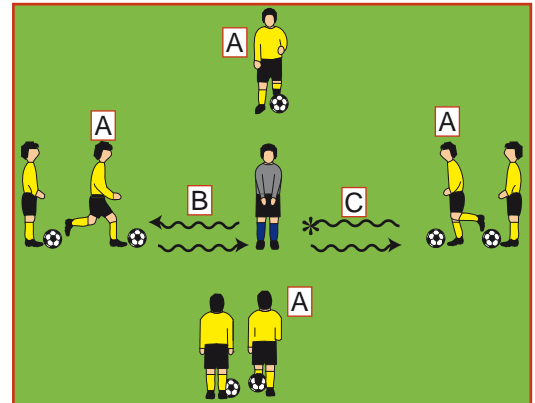
Beschreibung

A Jeweils der erste Spieler dribbelt zum Coach

Ablauf -Variationen

- B** Dribbling zum Coach und zurück
- C** Dribbling zum Coach, Wendetechnik ausführen und zurück dribbeln
- D** Dribbling in Richtung Coach und direkt der Gruppe auf der gegenüberliegenden Seite anschließen
- E** Dribbling rechts am Coach vorbei, dann links abbiegen und sich der nächsten Gruppe anschließen
- F** Dribbling rechts am Coach vorbei, dann links abbiegen und wieder links abbiegen
- G** Dribbling rechts am Coach vorbei, dann dreimal links abbiegen
- H** Dribbling rechts am Coach vorbei, vollständig umrunden und auf die andere Seite dribbeln

ACHTUNG: Zur besseren Darstellung zeigen die Bilder jeweils verschiedene Variationen. Im Training wird von jeder Gruppe die entsprechende Variation ausgeführt.



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