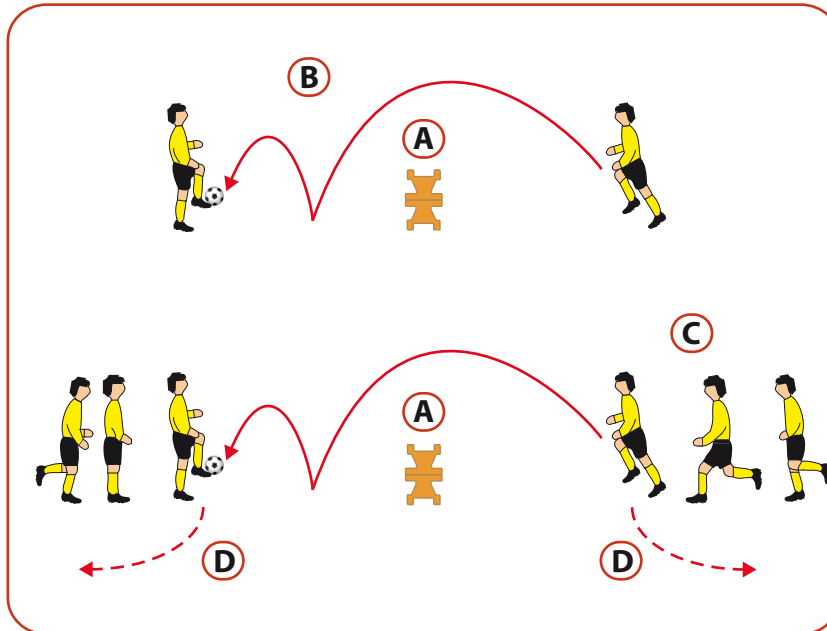




Einführung Fußballtennis

Soccerdrills.de



- A** Zwei Bänke werden übereinander gelegt, sie sind das Netz beim Einstieg ins Fußballtennis.
- B** Zwei Spieler passen sich den Ball, bei nur einer Bodenberührung, über die Bänke mit dem Fuß zu.
- C** Auf jeder Seite der Bänke befindet sich eine Spielergruppe. Pass über die Bänke, wie bei B.
- D** Nach jedem Pass dreht der Spieler ab und schließt sich ans Reihenende seiner Gruppe wieder an. Der nächste Spieler der Gruppe rückt auf und passt, so geht es immer weiter.

Variationen:

- Der Ball wird mit dem ganzen Körper gespielt.
- Keine Bodenberührung mehr erlaubt!
- Wettkampf - Welches Gruppe schafft die meisten Pässe in Folge ohne Fehler?

Tipp:

- Begrenze das Spielfeld mit Linien oder Hütchen und postiere mehrere Gruppen in einem Übungsfeld.

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

→ Pass - - - - -> Laufweg ~~~> Dribbling —> Torschuss ~~~* Wendetechnik