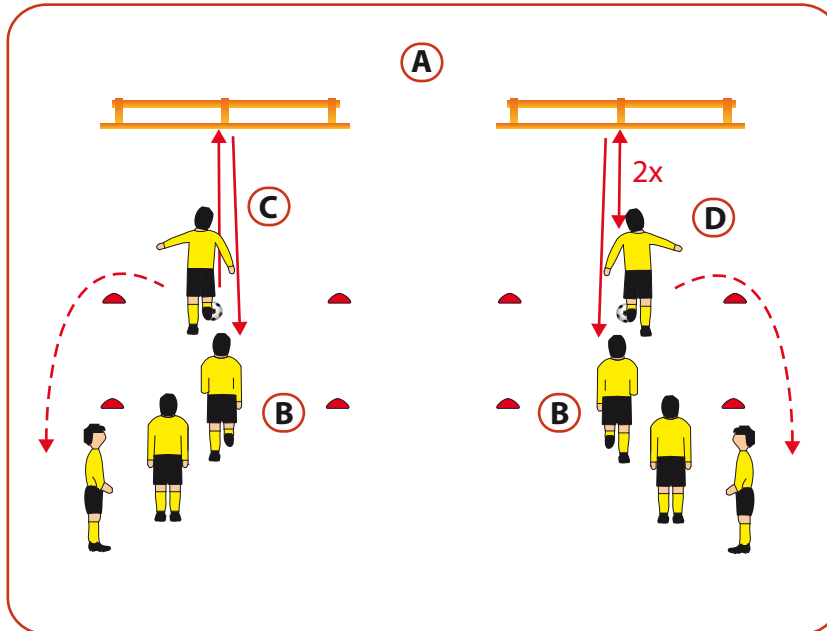




Flachpass

Soccerdrills.de



- A** Bänke dienen als Prallwand für den Ball, sie erzwingen flache Pässe und gute Technik.
- B** Beim Übungsstart stehen die Spieler in einer Reihe hintereinander.
- C** Pass gegen die Bank und Übungsfeld räumen. Der nächste Spieler passt wieder gegen die Bank.....
- D** Wie C, aber jetzt passt jeder Spieler zweimal hintereinander gegen die Bank, bevor der nächste Spieler an der Reihe ist.

Variationen:

- Erster Pass mit rechts, zweiter mit links
- Wettkampf! Welche Gruppe schafft die meisten fehlerfreien Versuche nacheinander?
- Erst Ballkontrolle, dann Pass gegen die Bank.

Tipp:

- An einer Bank können zwei Gruppen trainieren und variiere mit den Passtechniken.

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

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