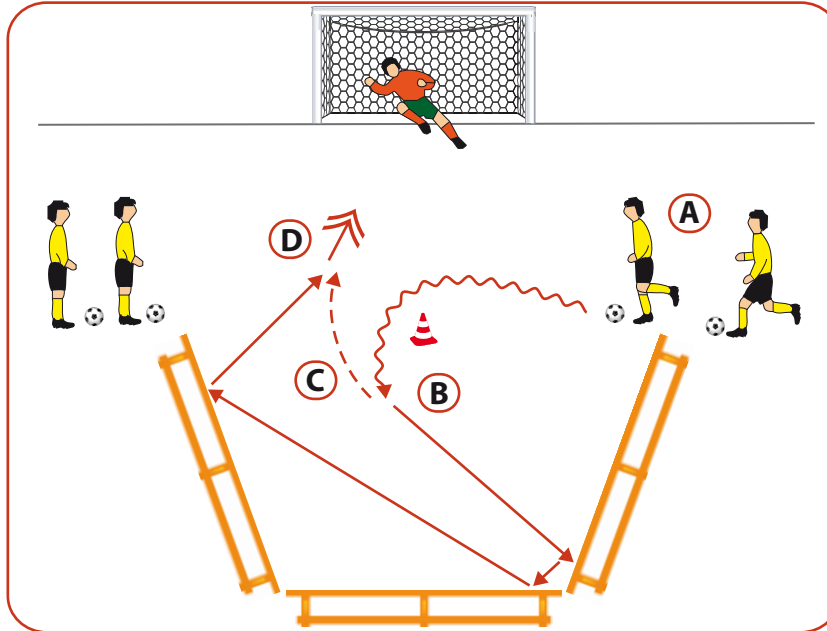




Dreiband-Pass

Soccerdrills.de



- A** Der Spieler dribbelt ums Hütchen in die Passzone. Je mehr Routine, desto höher das Dribbeltempo.
- B** Er versucht den Ball so gegen eine Bank zu passen, dass zwei weitere Bankberührungen erfolgen.
- C** Anschließend läuft er dem Ball entgegen und versucht ihn zu kontrollieren.
- D** Nach der Ballkontrolle zieht er sofort zum Tor. Er hebt den Kopf, schaut kurz wo der Torwart steht und verwandelt unhaltbar.

Variationen:

- Nur eine oder zwei Bankberührungen.
- Nach der Ballannahme nur zwei Kontakte bis zum Schuss.
- Ablauf gleichzeitig von beiden Übungsseiten.

Tipp:

- Perfekte Flachpasstechnik.

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

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