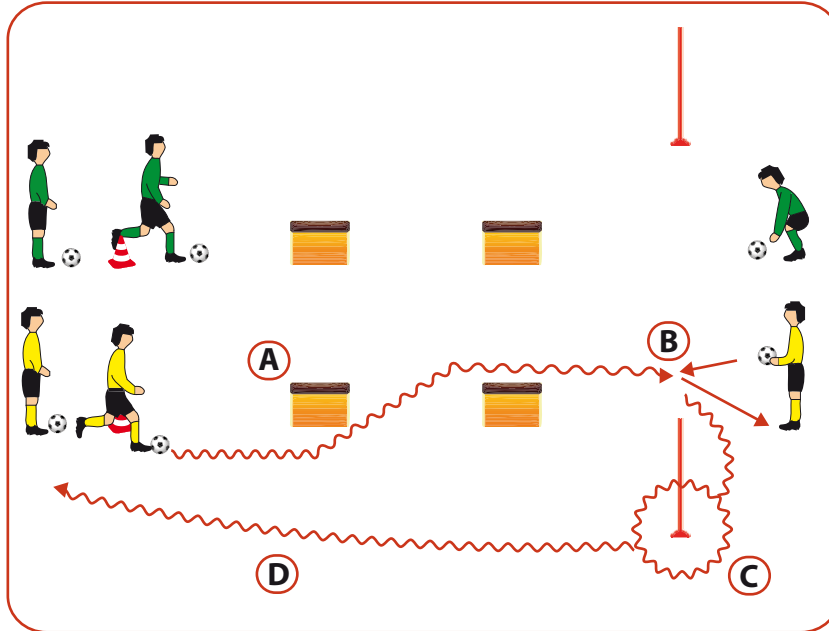




## Ballannahme

Soccerdrills.de



- A** Die Spieler starten mit dem Dribbling um die Kästen herum.
- B** Es folgt der Flachpass zum Anspieler, der gleichzeitig einen Ball zur Annahme zuwirft.
- C** Der Ball wird ins Dribbling mitgenommen und die Slalomstange wird vollständig umrundet.
- D** Zurück geht es im Höchsttempo in die Startgruppe. In der oberen Darstellung gilt der Weg analog. Dort startet der Dribbler auf der anderen Seite des Hütchens und dribbelt mit links.

### Variationen:

- Der Ball wird zugerollt, oder/und halbhohes oder hohes Zuwürfe zur Ballannahme.
- Finte am ersten Kasten ausführen.
- Die Kästen werden vollständig umrundet.

### Tipp:

- Wettkampf möglich! Beidbeinigke!t!

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

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