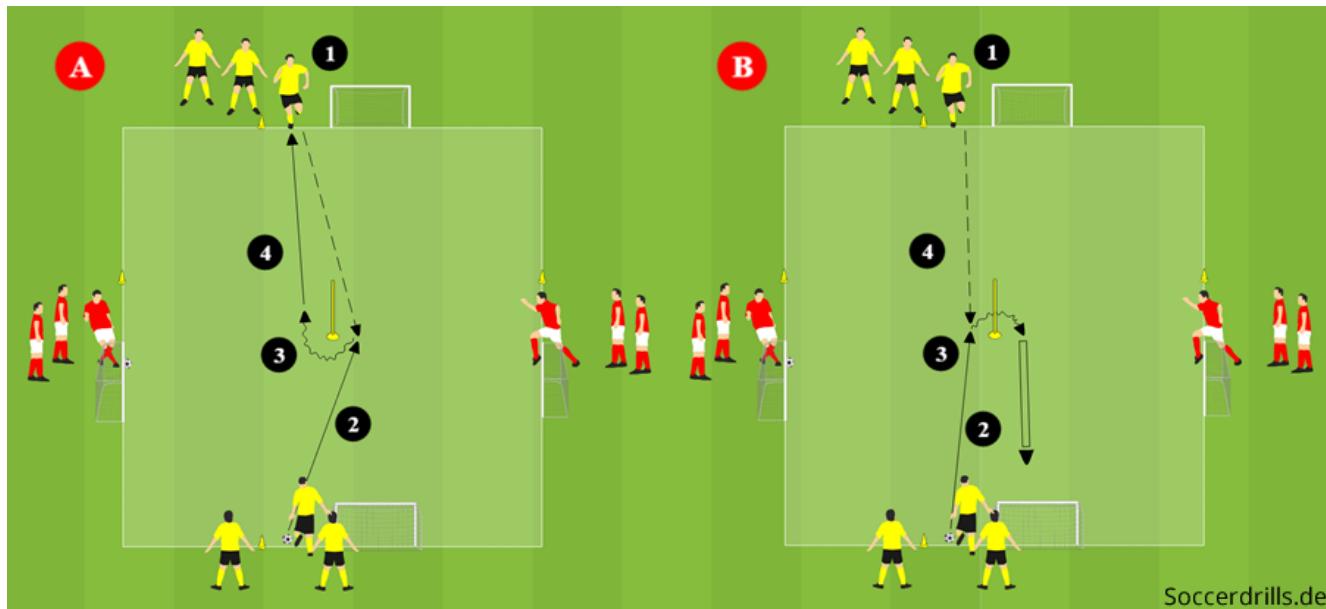


Passen | Drehkreuz



Soccerdrills.de

Organisation:

- 4 Hütchen, eine Stange (zusätzliches Hütchen) und 4 Mini-Tore (Stangen-/Hüttentore) und ausreichend Bälle werden benötigt.
- An jeder Seite eines Quadrates (Größe nach Trainerintension), wird ein Tor und ein Hütchen aufgestellt (siehe Grafik). Im Übungszentrum stellen wir eine Stange auf.
- An jedem Hütchen werden Spieler postiert. Bilde zwei Mannschaften, die Spieler der Teams werden nochmal aufgeteilt und stehen sich gegenüber. Die Startspieler aus den Gruppen (Grafik = Links und unten) verfügen über jeweils einen Ball.

Ablauf A:

- Der Ablauf startet abwechselnd zwischen den Teams (erst Team Gelb, dann Team Rot).
- 1. Der Startspieler startet ohne Ball ins Zentrum.
- 2. Er erhält einen Pass vom Spieler gegenüber.
- 3. Der Spieler dreht auf.
- 4. Er passt - möglichst mit dem zweiten Ballkontakt - zum nächsten Spieler der Gruppe, aus der er gestartet ist.
- Die Spieler tauschen innerhalb der Teams nach der Aktion die Seiten.

Ablauf B:

- Der Ablauf startet abwechselnd zwischen den Teams (erst Team Gelb, dann Team Rot).
- 1. Der Startspieler startet ohne Ball ins Zentrum.
- 2. Er erhält einen Pass vom Spieler gegenüber.
- 3. Der Spieler zieht den Ball hinten an der Stange seitlich vorbei.
- 4. Er passt frontal ins Tor.
- Die Spieler tauschen innerhalb der Teams nach der Aktion die Seiten.

Varianten:

- Beide Teams starten gleichzeitig.
- Wettkampf: Welches Team schafft die meisten Rückpässe oder erzielt mehr Tore in einer vorgegebenen Zeit?

Trainertipps:

- Das Aufdrehen nach links und rechts anbieten.
- Auf offene und halboffene Stellung achten.