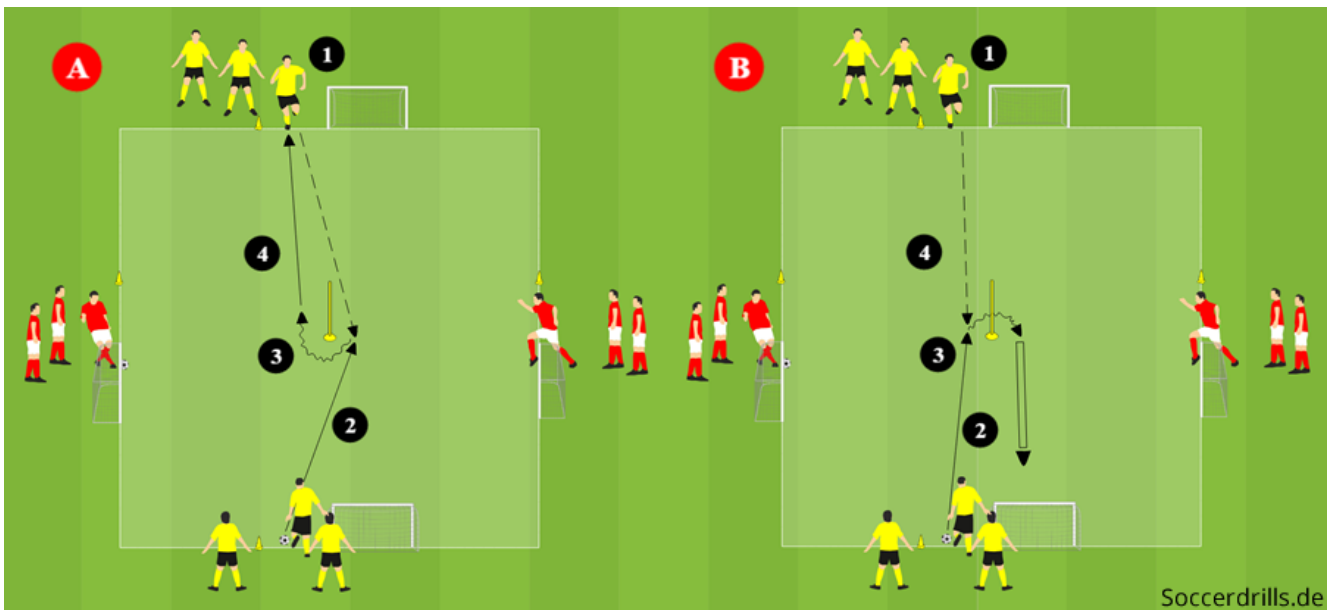


Passen | Drehkreuz



Soccerdrills.de

Organisation:

- 4 Hütchen, eine Stange (zusätzliches Hütchen) und 4 Mini-Tore (Stangen-/Hütchentore) 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.