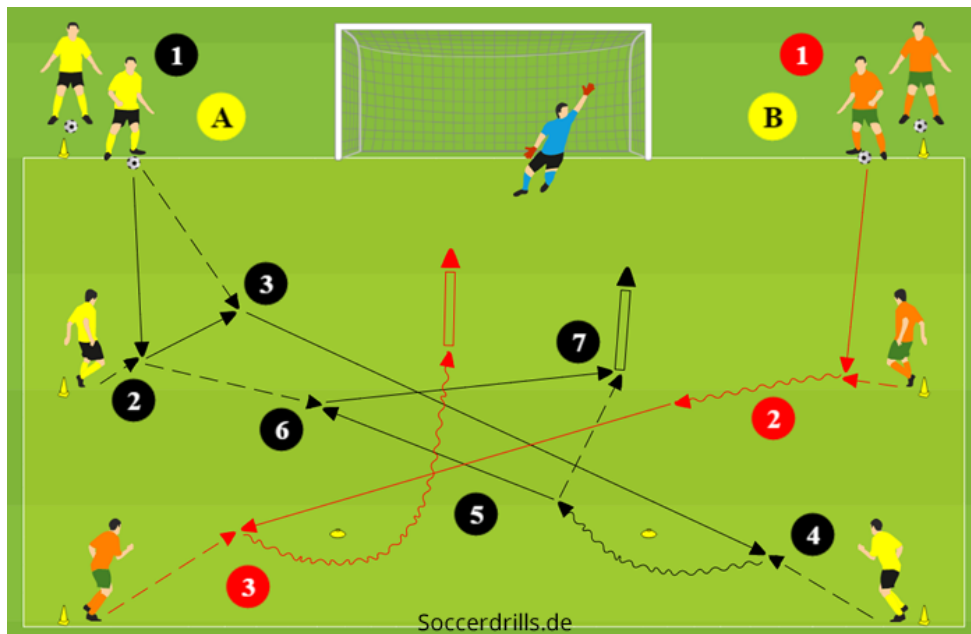


Passen - Passvariablen



Organisation:

- Materialien: 6 Hütchen, 2 Bodenmarkierungen, ein Tor und ausreichend Bälle.
- Auf der linken und rechten Seite neben dem Tor werden jeweils drei Hütchen aufgestellt. Die Abstände können in der Breite dem Strafraum entsprechen, in der Tiefe bis zu 32 Meter (doppelter Strafraum). Kürzere Abstände sind möglich und entsprechen dem Leistungsvermögen.
- Die beiden Bodenmarkierungen werden als Dribbelmarken im Zentrum benötigt.
- Die Startpositionen (1) sind doppelt besetzt, die Spieler dort haben Bälle. Die anderen Positionen sind einfach besetzt (mehrfach möglich). Beachte die Aufstellung der beiden Teams (Gelb und Orange). Die Spieler, die am weitesten vom Tor entfernt starten, stehen auf der anderen Spielfeldseite, damit lange Diagonalpässe möglich sind.

Ablauf A:

1. Der Startspieler passt zum Mitspieler am nächsten Hütchen.
 2. Dieser startet zum Pass und legt auf den Startspieler ab, der ebenfalls ins Feld gelaufen ist.
 3. Es folgt der lange Diagonalmass auf die andere Seite.
 4. Der Mitspieler dort läuft dem Pass entgegen, kontrolliert den Ball und dribbelt um die Markierung ins Zentrum.
 5. Er passt zum Mitspieler, der vom zweiten Hütchen gestartet ist, dieser kommt dem Pass entgegen.
 6. Der Dribbler passt in den Lauf des vorherigen Passgebers vors Tor zurück.
 7. Das Finale erfolgt mit einem direkten Torschuss.
- Nach den Aktionen rücken die Spieler auf die nächsten Positionen.

Ablauf B:

1. Der Startspieler passt zum Mitspieler am nächsten Hütchen.
 2. Der Passempfänger kontrolliert den Ball, nimmt ihn in Zentrumsrichtung mit und schlägt einen Diagonalmass zur nächsten Position.
 3. Der Passempfänger ist dem Ball entgegengestartet, dribbelt um die Markierung in Torrichtung und schießt aufs Tor.
- Nach den Aktionen rücken die Spieler auf die nächsten Positionen.

Varianten:

- In beiden Gruppen wird abwechselnd Ablauf A und B ausgeführt.
- Die Spieler kreieren eigene Passwege.
- Verschiedene Passtechniken fordern und Kontaktbegrenzungen einbauen.

Trainertipps:

- Gezielt in den inneren oder äußeren Fuß (den gegnerentfernten) passen.
- Nach einiger Zeit das Tempo immer weiter steigern.