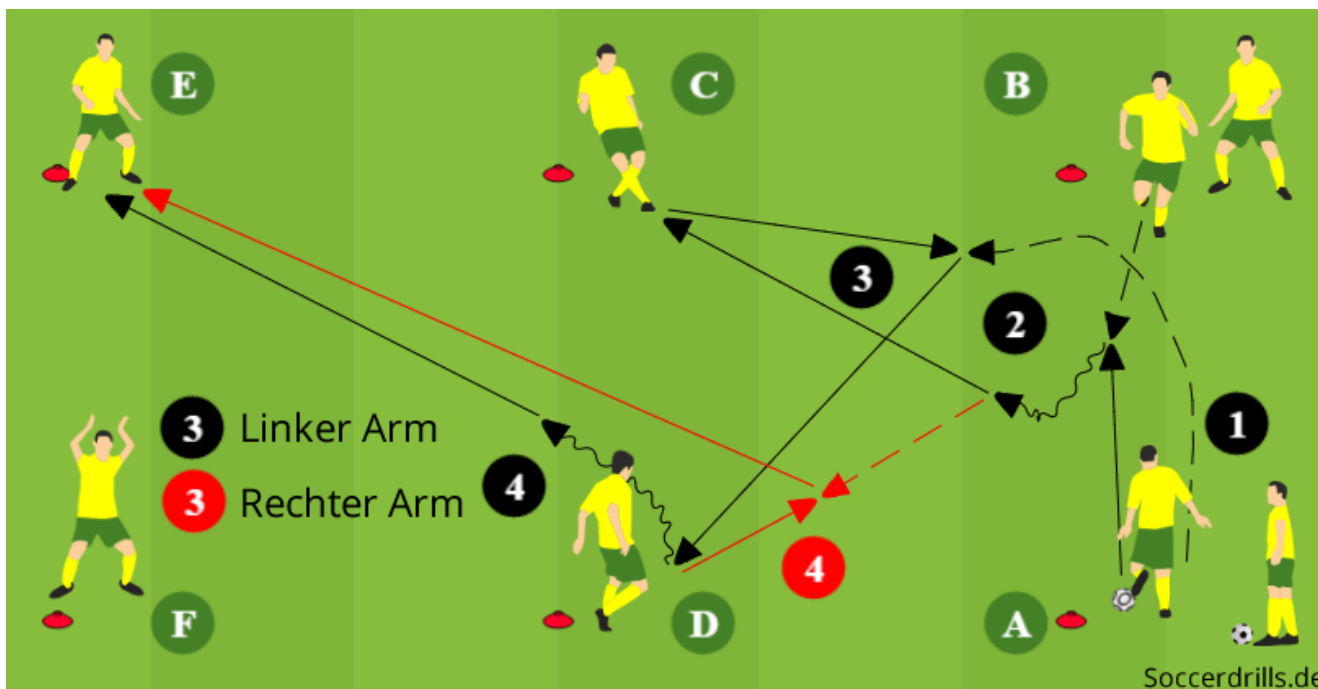


Passen - Schulterblick



Organisation:

- Mit 4 Bodenmarkierung wird ein Rechteck ausgelegt Die Maße betragen ca. 16x8 Meter, kürzere oder längere Abstände sind möglich.
- Die längeren Seiten des Rechtecks werden mittig mit jeweils einer Markierung geteilt, es entsteht ein Sechsergitter.
- An den Startpositionen (Grafik rechts) werden Spieler mit Bällen postiert. Die anderen Positionen im Gitter werden mit weiteren Spielern ohne Ball besetzt.
- Wichtig: Die Spieler C und D stehen immer mit dem Rücken zur Ablaufrichtung.

Ablauf:

1. Spieler A passt auf den startenden B und hinterläuft diesen.
 2. Spieler B setzt sich ins Zentrum ab, passt zu C und setzt sich leicht in Richtung D ab.
 3. C passt zu A. A leitet weiter auf D, in diesem Moment entscheidet F mit Handzeichen, wie der Ablauf fortgesetzt wird. D erkennt das Kommando durch einen kurzen Schulterblick.
 4. Hebt F den linken Arm, dreht D mit dem Ball auf und passt zu E.
Hebt F den rechten Arm, legt D den Ball auf B ab und B passt diagonal zu E.
- Nach der Aktion nehmen Spieler A und B die Positionen der Spieler C und D ein. C und D wechseln auf die Positionen E und F. Die einzelnen Paare tauschen beim Positionswechsel eigenständig die Seiten.
 - E und F starten einen neuen Ablauf in die andere Richtung. Jetzt übernimmt auf der anderen Seite Spieler B die Handzeichen-Aufgabe.

Varianten:

- Starte zunächst mit dem Ablauf nur von der rechten Seite, dann nur von der linken Seite und im Finale abwechselnd von rechts und links.
- Das Handzeichen wird vom Trainer, Co-Trainer oder Betreuer gegeben. Sie stellen sich dazu auf der linken und rechten Seite neben dem Übungsfeld auf.
- Wird der linke Arm gehoben dreht D auf und passt dann zu F.

Trainertipps:

- Beidfüßigkeit fordern, die Spieler sollen nicht ausweichen.
- Die Pässe erfolgen in den Lauf und in den richtigen Fuß.