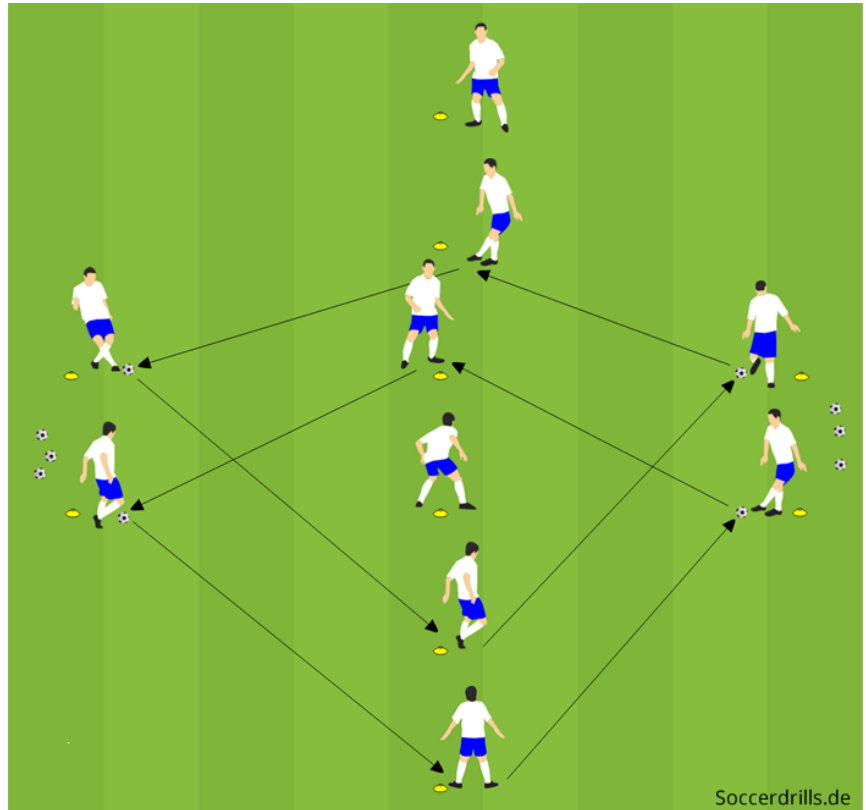


Passen | Skelett-Passspiel

Organisation:

- Es werden 10 Bodenmarkierungen und ausreichend Bälle benötigt.
- Die Hütchen werden in drei Reihen ausgelegt. 2 jeweils auf der linken und rechten, 6 in der mittleren Reihe (siehe Grafik).
- Je nach Intension betragen die Abstände der seitlichen zu den mittleren Markierungen ca. 10 bis 15 Meter. Die Abstände der mittleren Markierungen zueinander betragen bis zu 6 Meter.
- An jede Markierung wird ein Spieler postiert, die Spieler an den äußeren Markierungen verfügen über Bälle, es sind also insgesamt vier Bälle im Spiel.
- Ersatzbälle liegen bereit.



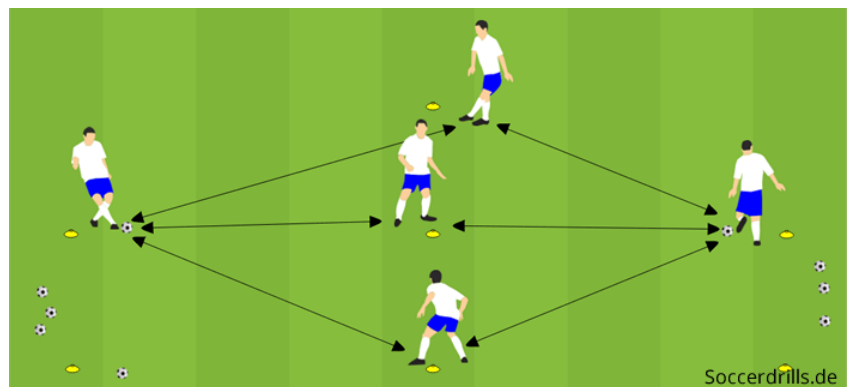
Ablauf:

- Das Passspiel erfolgt immer über einen Spieler in der Mitte, der den Ball auf die andere Seite weiterleitet.
- Der Spielsituation angepasst, wird der Ball kurz kontrolliert.
- Nach einiger Zeit werden die Spieler im Zentrum durch die seitlichen Spieler ausgetauscht.

Varianten:

- Starte die Übung mit einem oder zwei Bällen.

- Wie in der nebenstehenden Grafik zu erkennen ist, postieren wir seitlich jeweils einen Spieler mit Ball und im Zentrum drei Spieler. Weitere Varianten sind möglich, beispielhaft: 1-4-1, 2-6-2 mit bis zu 2 Bällen.



Trainertipps:

- Die Spieler sollen den Kopf heben und die Situation vor dem Pass blitzschnell erfassen.
- Kommunikation durch Zuruf oder über Augenkontakt.
- Den Ball in den richtigen Fuß spielen, aufdrehen.
- Temposteigerung.