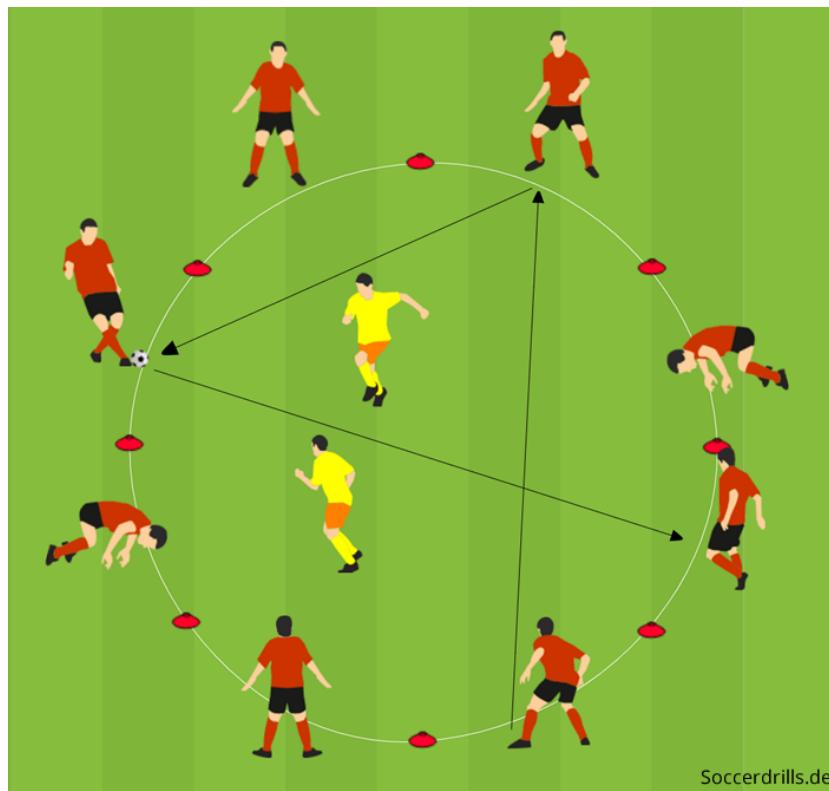


Passen - Spaßübung - Ich schmeiß mich weg



Soccerdrills.de

Organisation:

- Markiere einen Kreis. Um den Kreis herum werden 4 bis 8 Spieler gleichmäßig verteilt, die Kreisgröße wird der Spieleranzahl angepasst.
- In der Kreismitte werden 2 Störspieler postiert.
- Jetzt noch einen Spielball und die Übung kann beginnen.

5 V U Z

- Die Spieler am Kreis passen sich den Ball zu.
- Die Spieler im Kreis versuchen den Ball zu erobern oder zu berühren. Schafft ein Spieler dies, tauscht er mit dem letzten Passgeber am Kreis die Aufgaben.
- im geeigneten Moment wird ein Pass zwischen die beiden Spieler in der Mitte hindurchgespielt.
- Gelingt dieser Pass, dann werfen sich alle Spieler am Kreis so schnell wie möglich auf den Boden. Der letzte Spieler, der unten auf dem Boden ankommt, scheidet aus dem Wettbewerb aus.

Varianten:

- Passspiel mit Begrenzung der Ballkontakte.
- Der Pass zwischen den Spielern hindurch muss auf der anderen Seite angenommen werden, erst dann dürfen sich die Spieler am Kreis hinfällen lassen.
- Fallenlassen auch bei einem Beinschuss (Tunnel).
- Die beiden Spieler in der Mitte müssen sich auch hinfällen lassen.

Trainertipps:

- Du bist ein guter Schiedsrichter.
- Kleinere Gruppen erhöhen den Spaßfaktor.