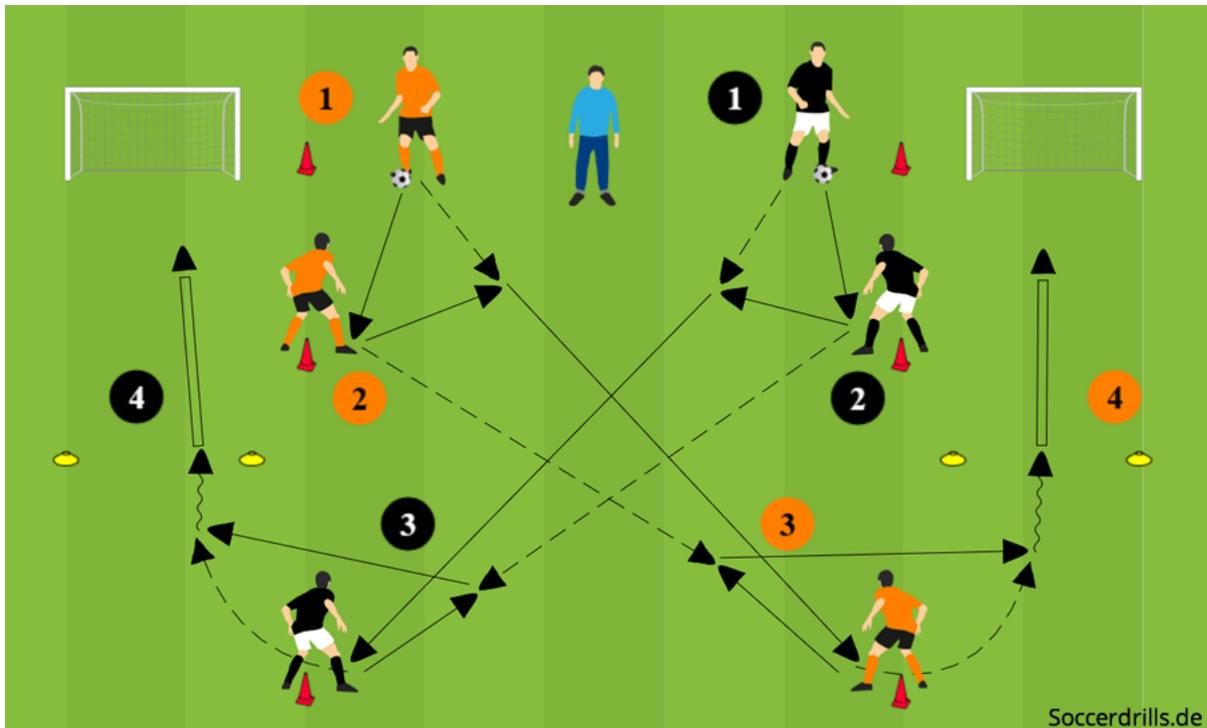


Passen - One Touch Wandspiel



Organisation:

- Wir bauen zwei Felder auf, so kann der Übungsablauf von beiden Seiten ausgeführt werden.
- Zwei Minitorre (Stangentore, Hütchentore) oder Großtore mit Torhütern.
- Die Tore werden horizontal ca. 20 Meter (Leistungsvermögen beachten) voneinander entfernt aufgestellt.
- Seitlich innen neben beiden Toren werden zwei Hütchen aufgestellt. Vertikal in einer Linie, werden auf jeder Übungsseite zwei weitere Hütchen platziert. Der Abstand zwischen den torentfernten Hütchen ist deutlich größer als der Abstand zwischen den ersten beiden Hütchen.
- In einiger Entfernung von den Toren legen wir zentral jeweils zwei Bodenmarkierungen aus. Die imaginäre Verbindungslinie zwischen den Markierungen ist die Abschusslinie.
- Die Startposition wird jeweils mit zwei Spielern besetzt, dort befinden sich die Bälle. An den anderen Hütchen postieren wir jeweils einen Spieler.

Ablauf :

1. Der Startspieler passt zum Mitspieler am nächsten Hütchen und läuft ins Feld.
 2. Der Passempfänger lässt den Ball zum Startspieler prallen und läuft anschließend in Richtung drittes Hütchen. Der Startspieler schlägt einen langen Pass auf die nächste Position.
 3. Der Spieler am torentferntesten Hütchen lässt den Ball auf den Spieler prallen, der vom zweiten Hütchen gestartet ist und sich anbietet. Es folgt der Doppelpass.
 4. Der Passempfänger dribbelt zu den Bodenmarkierungen und schießt von der imaginären Schusslinie aufs Tor.
- Jeder Spieler übernimmt nach der Aktion die Position am nächsten Hütchen.

Passen - One Touch Wandspiel

Varianten:

- Wettkampf: Jeweils der erste Spieler jeder Gruppe startet auf Trainerkommando. Wer zuerst mit einem Torerfolg abschließt, erhält einen Punkt für sein Team.
- Der nächste Spieler startet bereits, wenn der letzte Pass erfolgt. Dies ist auch beim Wettkampf möglich.

Trainertipps:

- Als Übungseinstieg solltest du den Ablauf nur auf einer Seite durchführen, anschließend nur auf der anderen.
- Sind die Abläufe verinnerlicht, wird von beiden Seiten gleichzeitig gestartet.
- Als letzte Variante kommt dann der Wettkampf hinzu.