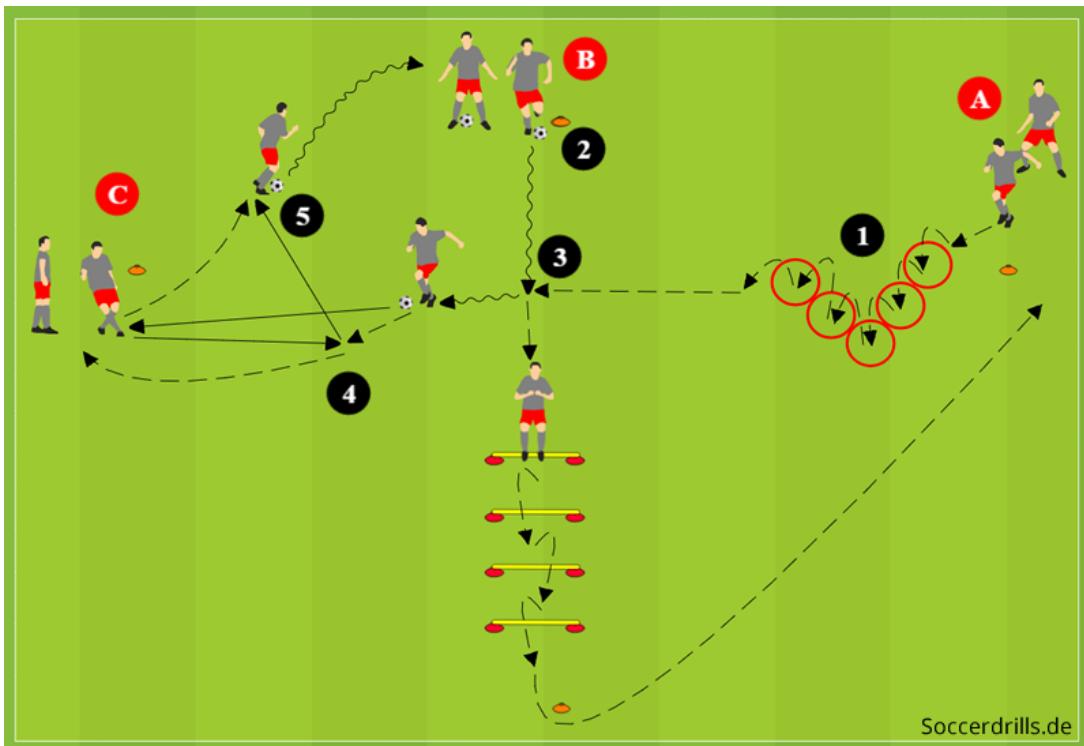


Passen - Koordi-Wandpass



Soccerdrills.de

Organisation:

- Mit 4 Bodenmarkierungen kennzeichnen wir ein Kreuz.
- An jede Markierung werden mindestens 2 Spieler postiert. An Position B befinden sich die Bälle.
- Vor Position A wurden beispielhaft 5 Ringe ausgelegt.
- Auf der gegenüberliegenden Seite von B sind 4 Hürden aufgebaut.

Ablauf:

1. A läuft/springt durch die Koordinationsreifen nach Vorgabe.
2. B startet ins Dribbling, gut getrimt für die Ballübernahme.
3. Im Zentrum überlässt B den Ball an A. B läuft anschließend auf die andere Seite und überläuft/überspringt die Stangen nach Vorgabe, um dann um die Markierung herumlaufend Position A einzunehmen.
4. A spielt einen Wandpass mit C. C startet seitlich in Richtung Position B. Spieler A übernimmt die Position C.
5. Hier kontrolliert er den Rückpass von A und schließt sich dribbelnd Position B an.

Varianten:

- Variiere mit den koordinativen Aufgaben.
- Keine Ballübernahme von B zu A, es wird gepasst.
- Stelle ein Tor auf. C dribbelt nicht auf Position B, er schießt von dort auf ein Tor.

Trainertipps:

- Die Strecke, auf der das Wandspiel erfolgt, muss entsprechend lang sein.
- Achte bei der Ballübernahme auf technisch korrekte Ausführung, kein Passspiel.