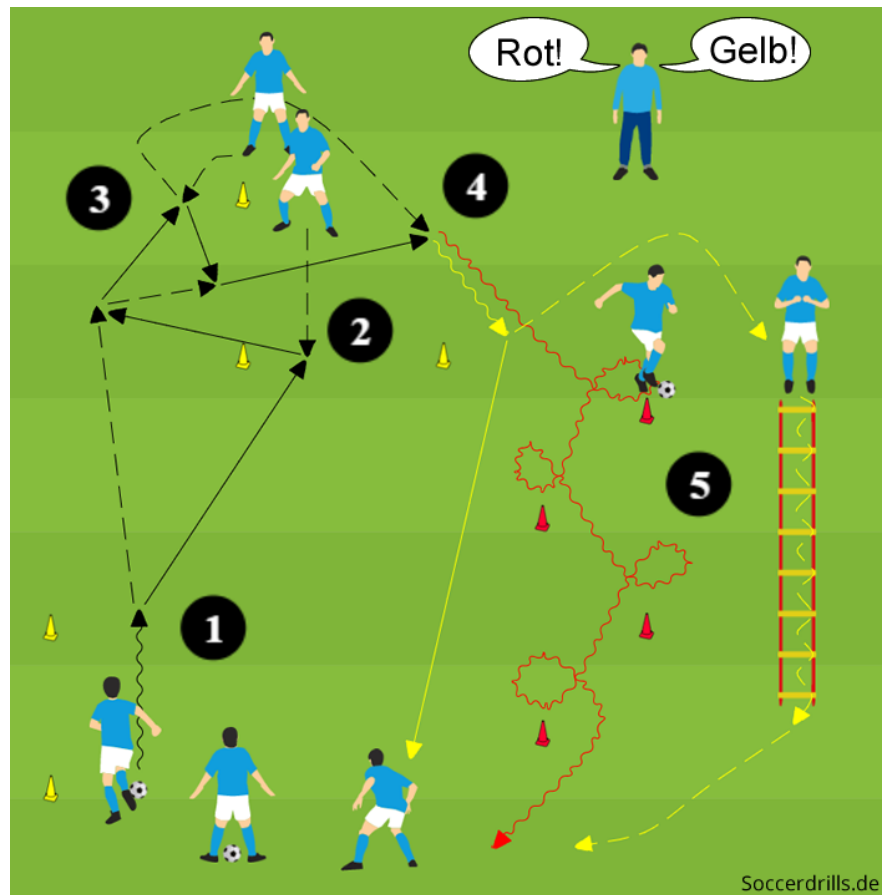


Passen - Wegwahl

Organisation:

- 9 Hütchen, eine Koordinationsleiter und ausreichend Bälle werden für den Ablauf benötigt.
- Das Spielfeld ist bis zu 20 Meter lang, kann aber angepasst werden.
- Der Aufbau erfolgt gemäß Grafik. Den koordinativen Elementen wird eine Farbe zugeordnet. Hier: Hütchen = Rot und Koordinationsleiter = Gelb.
- Unten am ersten Hütchen werden Spieler mit Bällen postiert. Oben warten an den beiden Hütchen zwei Spieler auf ihren Einsatz.



Soccerdrills.de

Ablauf:

1. Der Startspieler dribbelt bis ca. Höhe zweites Hütchen. Von dort passt er zum Mitspieler, der sich im Hütchentor anbietet.
 2. Der Passempfänger passt innen am Hütchen vorbei, genau in den Lauf des Startspielers.
 3. Der Startspieler leitet sofort weiter auf den nächsten Spieler, der sich seitlich am oberen Hütchen anbietet. Dieser passt den Ball zurück auf den Startspieler.
 4. Nach dem Pass umläuft der Spieler das hintere Hütchen und bietet sich seitlich im freien Raum zum Rückpass an.
 5. **Trainerkommando „Gelb“** = Der Passempfänger dribbelt zum Hütchen und schlägt von dort einen langen Pass zum Mitspieler in die Startgruppe. Anschließend sprintet er zur Koordinationsleiter und durchläuft diese nach Vorgabe.
Trainerkommando „Rot“ = Der Passempfänger dribbelt zum Hütchen und dreht immer zum nächsten Hütchen ab.
- Nach der Aktion übernehmen die Spieler die nächste Position.

Varianten:

- Stelle in die Passwege passive, später teilaktive, Abwehrspieler auf. Dummies sind möglich.
- Verschiedene Sprung- oder Laufbewegungen in der Leiter.
- Weitere Aufgaben im Dribbling: Slalom, Finten einbauen, etc.
- Statt Rot/Gelb, nutze BVB/Bayern oder Apfel/Birne oder ...

Trainertipps:

- Der Ball wird nicht abgelegt, es wird gepasst!
- Fordere zusätzlich eine Auftaktbewegung beim Start zum Ball.