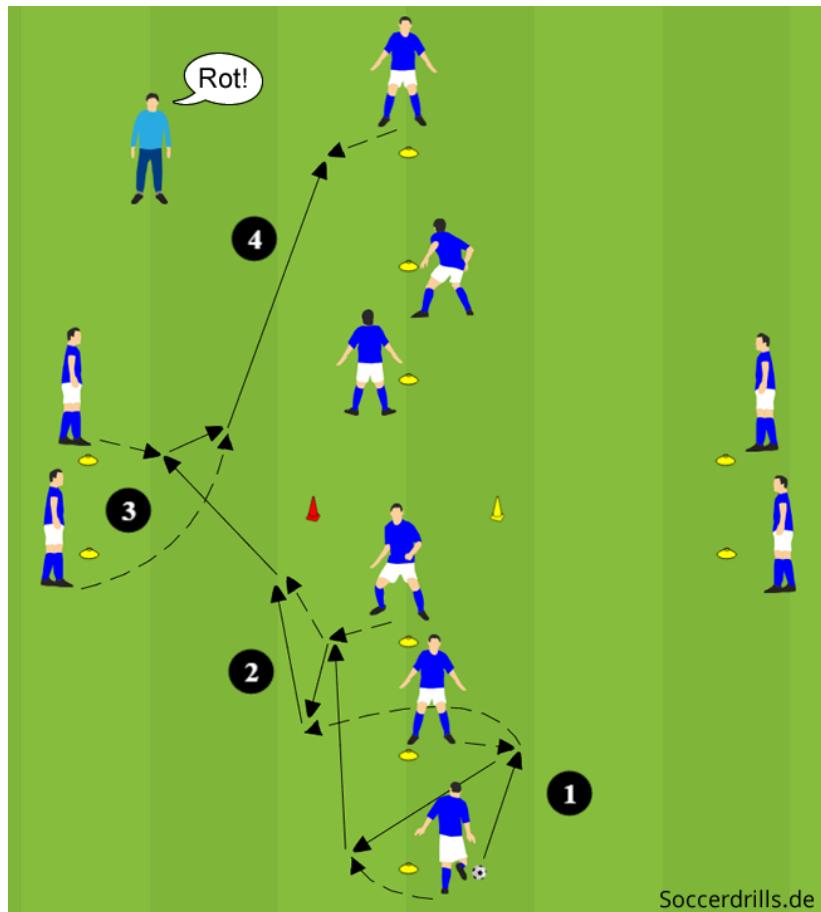


Passen - Winkelpässe

Organisation:

- Wir benötigen 8 Bodenmarkierungen, zwei verschiedenfarbige Hütchen und ausreichend Bälle.
- 2 x 3 Markierungen, wie in der Grafik oben und unten, auslegen. Die Abstände zwischen den Markierungen können, je nach Leistungsvermögen, bis zu 6 Metern betragen. Auf der rechten und linken Seite werden jeweils 2 weitere Markierungen ausgelegt.
- Die beiden Hütchen werden so aufgestellt, dass sie jeweils einer Seite zugeordnet werden können.
- An sämtlichen Markierungen werden Spieler postiert. Ein Spieler startet (in der Grafik unten), er verfügt über einen Ball.



Soccerdrills.de

Ablauf:

- In der Grafik lautet das Trainerkommando „Rot“, entsprechend erfolgt der Ablauf über die Seite, wo sich das rote Hütchen befindet.
- 1. Der Spieler an der zweiten Markierung unten löst sich und wird vom Startspieler im Winkel angespielt. Anschließend löst sich der Startspieler von seiner Position und erhält im Winkel den Rückpass.
- 2. Der Startspieler passt auf den Spieler an der dritten Markierung, der sich etwas seitlich anbietet. Nach kurzer Ballkontrolle erfolgt ein Winkelpass auf den Spieler an der zweiten Markierung, dieser bietet sich ebenfalls an. Es folgt der Pass in den Lauf auf den Spieler der dritten Markierung.
- 3. Der Passemppfänger leitet den Ball an den hinteren Spieler an der seitlichen Markierung weiter, die sich auf der Seite des roten Hütchens (Trainerkommando!) befindet. Dieser bietet sich an und spielt Winkelpässe mit dem zweiten Spieler auf der Seite. Die Spieler lösen sich jeweils, um gut anspielbar zu sein.
- 4. Anschließend folgt der Pass auf den Spieler an der gegenüberliegenden Seite. Dort beginnt der Ablauf von vorne, je nach Trainerkommando über die linke oder rechte Seite.
- Der Ablauf auf der rechten Seite (Gelb) erfolgt analog.
- Nach der Aktion übernehmen die Spieler die nächste Position.

Varianten:

- Ablauf immer im oder gegen den Uhrzeigersinn.
- Der Startspieler gibt das Kommando und gibt so den Ablauf vor.
- Keine Trainerkommandos mehr, wir starten oben und unten gleichzeitig im oder gegen den Uhrzeigersinn. Dies ist deutlich schwerer und die Startpositionen sollten doppelt besetzt sein.
- Mit einem oder zwei Pflichtkontakten.
- Variiere mit den Abständen.

Trainertipps:

- Winkelpässe fordern.
- Temposteigerung.